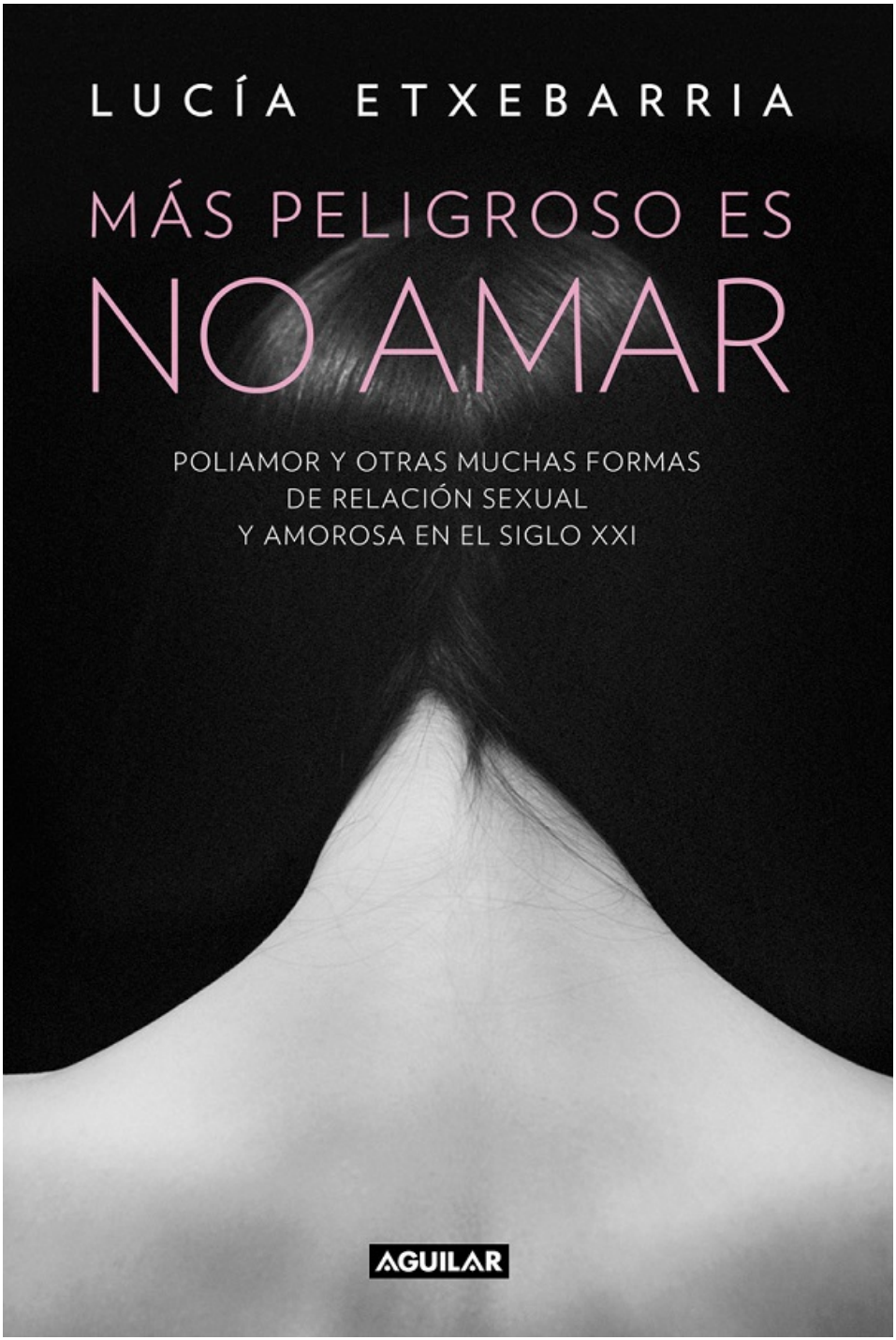
LUCÍA ETXEBARRIA

MÁS PELIGROSO ES NO AMAR

POLIAMOR Y OTRAS MUCHAS FORMAS
DE RELACIÓN SEXUAL
Y AMOROSA EN EL SIGLO XXI



AGUILAR

LUCÍA ETXEBARRIA

MÁS PELIGROSO ES NO AMAR

POLIAMOR Y OTRAS MUCHAS FORMAS
DE RELACIÓN SEXUAL
Y AMOROSA EN EL SIGLO XXI

AGUILAR

SÍGUENOS EN

megustaleer

@Ebooks

@megustaleer

@megustaleer

Penguin
Random House
Grupo Editorial

Querido lector:

Este libro está dividido en dos partes.

La primera, más teórica, intenta explicar el porqué.

Por qué de repente la estructura tradicional de la pareja monógama de toda la vida se desmorona, y empiezan a aparecer otro tipo de estructuras para vivir el sexo, el amor, las relaciones afectivas y la familia.

La segunda, más narrativa, intenta explicar el cómo y aporta historias reales de personas que viven en pareja abierta, en trieja, en relaciones a cuatro, en círculos polifieles, en comuna, en redes de relaciones conexas, en sistemas anarcorrelacionales, o que son swingers, o que viven una promiscuidad ética en la que intentan cuidar y respetar a todos sus compañeros sexuales y afectivos.

La segunda parte, sin duda, es más divertida y quizá amena de leer. Pero, si no conoces esos sistemas de vida, es difícil que entiendas por qué se llega hasta ellos. Por eso es conveniente que hayas leído la primera parte.

En cualquier caso, nadie te pide que leas este libro normativamente. Estas páginas hablan de libertad, y si quieres empezar por la segunda parte puedes hacerlo, y pasar luego a la primera. Siéntete libre de leerlo en diagonal, de empezar por el final, de leerlo como te apetezca. Hojea primero, curiosea todo lo que quieras y luego léelo en el orden que más te convenga.

Al fin y al cabo, este libro habla de subvertir normas y cánones preestablecidos.

Espero que el viaje sea divertido.

Primera parte
El hundimiento de las estructuras tradicionales

Introducción:
Amores diversos

Tengo una amiga que se casó a los veintitrés años y se separó a los treinta y cinco. Desde entonces solo ha estado con una persona. Aquello no duró y mi amiga decidió hacer lo que los psicólogos recomiendan en estos casos: darse espacio y tiempo a sí misma, trabajar en sí misma. Lleva tres años sin relaciones y, por lo tanto, sin sexo. Mi amiga es muy muy guapa, muy llamativa.

Pues bien, el otro día, en una comida con otras amigas, cuando M. dijo esto en alto, que llevaba tres años sola, la reacción fue peor que si hubiera admitido que tiraba de tarjeta black a cuenta de unos fondos reservados. «Pero... ¡eso no puede ser verdad!», «Ve a ver a un psicólogo», «Eso no es bueno para la salud» fueron algunas de las frases que se escucharon.

La gente olvida que hace solo veinte años a esta mujer no se la hubiera considerado enferma ni loca. Pero sí que se hubiera considerado enferma, amoral o loca a la chica que le decía ufanamente, en plena sobremesa, que ella, cada vez que «le picaba el chichi», tiraba de Tinder y se buscaba un jovencito.

Hace relativamente poco se patologizaba y condenaba a la mujer promiscua, ahora ocurre lo contrario y se condena a la célibe. La cuestión es que no debe hacerse ni lo uno ni lo otro, porque lo que cada cual haga con su cuerpo es asunto suyo.

Yo llevo soltera... (dejadme que piense) ya va para cuatro años, creo. Y durante estos años no he sido célibe. He tenido historias, pero muy privadas, muy reservadas. En primer lugar no quería que mi hija conociera a mis amantes, se encariñara y pensara que alguien podía entrar permanentemente en mi vida, así que procuraba que todo fuera discreto mientras no estuviera muy segura de que esa historia podía avanzar. Y nunca avanzó.

En algún caso estuve saliendo con varias personas a la vez. Hago constar que jamás prometí nada a ninguna de ellas pero reconozco

—y me siento mal cuando me acuerdo— que no fui sincera al cien por cien. Jamás informé a los unxs de que había otrxs. Podían suponerlo, por supuesto, pero el caso es que yo fui un poco *polifake*. Es decir, que vivía en un falso poliamor porque aunque mantenía relaciones de amor, cuidado y respeto mutuo con varias personas, me faltó lo más importante: honestidad y lealtad.

Yo no mentía. Ocultaba la verdad. Por miedo. Pensaba que si era honesta me darían de lado. Y haciéndolo así perdía la oportunidad de crear una relación más profunda. De la misma manera, cuando conocía a alguien, no hablaba mucho de mis relaciones pasadas. En la sociedad en la que vivo una mujer que haya mantenido muchas relaciones está mal vista. Yo no podía contar la verdad. Es decir, que en el pasado he tenido muchas experiencias amorosas y que algunas han sido simultáneas. No esperaba que la gente entendiera que puedes amar sin exclusividad.

Perdía, ya lo he dicho, una oportunidad. La oportunidad de que alguien me entendiera y me aceptara, de que me amara de verdad. Y no a una versión de mí que yo le ofrecía, a la punta del iceberg. Yo enseñaba un trocito de mí misma, pero la mayor parte estaba escondida en aguas subterráneas.

Podría haberlo hecho mejor si hubiera sabido cómo y la experiencia me ha enseñado ese cómo para situaciones futuras.

Cuando una persona está soltera todo el mundo da por hecho a su alrededor que se trata de un estadio intermedio, que antes o después se enamorará y encontrará una pareja. Que nadie, excepto las monjas, los numerarios del Opus Dei y otras personas que han hecho voto de castidad, se queda soltero de por vida, a no ser que sufra una grave discapacidad física o mental. (Y, de hecho, cualquier discapacitado puede tener pareja, aunque quizá no le sea tan fácil encontrarla en una sociedad obsesionada con el físico y los logros externos).

En nuestro entorno todo conduce a una vida entre dos. Hasta las fundas nórdicas parecen diseñadas para que uno no las pueda cambiar sin la ayuda de su media naranja. Lo que no aparece en ese manual de instrucciones del amor conyugal es qué hacer cuando inevitablemente divergen los intereses comunes. Aunque yo empiezo a pensar que quizá nunca más quiera tener pareja, que tal vez me abra a otras opciones, como el poliamor, o quizá no. Pero

cada vez estoy más convencida de que la pareja tradicional al uso no me aporta nada.

Tengo mis necesidades cubiertas. El sexo es fácil. A mi alrededor hay muchas personas solteras, y que no buscan precisamente un polvo de una noche, sino a veces simplemente compartir intimidad y cariño. Gano lo suficiente para vivir sola,y no necesito de una pareja para que me mantenga o para compartir gastos. Vivo con una niña y dos perras, de forma que el amor y el afecto están más que cubiertos. Tengo una red extensísima de amigos, y más propuestas de vida social de las que puedo gestionar. Es decir, ya dispongo de lo que normalmente ofrece una pareja.

Me di cuenta de que en realidad no quería pareja el día en que Don Perfecto se enamoró de mí. Don Perfecto no tenía absolutamente ningún problema. No es el hombre más guapo del mundo, pero no es feo. No se droga, apenas bebe, no ha estado casado nunca, así que no hay ex rencorosa ni líos con niños ni historias sin cerrar, cocina maravillosamente, es ordenado, se lleva bien con mi hija y es buen amante. Es decir, no tiene ninguno de los defectos que yo solía encontrar en anteriores pretendientes para negarme a consolidar una relación.

¿Por qué no quiero estar con él dentro de una pareja monógama, fiel, mutuamente exclusiva y fusional?

No tiene nada que ver con que desee a otras personas, de hecho no es así. Simplemente, me he acostumbrado a ir a los sitios sola. Ayer estuve en una conferencia sobre física. No creo que a él le hubiera gustado ir. Pero si hubiera ido conmigo eso me habría impedido hablar con tranquilidad, una vez acabado el coloquio, con algunos de los allí presentes. Hubiera sentido que le debía mi tiempo a él o que no tenía que hablar durante mucho tiempo con un hombre en presencia de mi amante. Y desde luego, en un mundo machista como este, si te ven llegar acompañada de un hombre, los demás no te hablan con la misma naturalidad. Hoy he quedado con mis amigas para jugar al Quiz. Allí él no pinta nada, porque somos un grupo constituido desde hace meses. Puede que el fin de semana me apetezca pasarlo con mi hija delante del sofá viendo películas y, si bien él se podría apuntar, la verdad es que las ñoñadas que a veces vemos no son fácilmente compartibles. Y hay muchas ocasiones en las que simplemente deseo estar sola, pegarme un

baño de espuma de una hora o pasarme la tarde leyendo una novela. No quiero tenerlo siempre cerca, como tampoco deseo que mi mejor amiga esté conmigo a todas horas. No me apetece compartir todo mi tiempo libre (que no es mucho) con la misma persona. No necesito que me cuiden, me siento perfectamente cuidada, y ya cuido de mi hija y de mis perras.

Así que empiezo a tener claro que no es que Don Perfecto no me guste, sino que simplemente no quiero vivir «en pareja». Entendida como pareja la relación fusional, mutuamente dependiente y exclusiva que la sociedad en la que vivo dispone para dos personas «oficialmente» enamoradas.

No me obsesiono con encontrar a una media naranja porque ya me siento naranja entera. No vivo mi soltería como una espera hacia una felicidad mayor. Soy más o menos feliz ahora, puede que no mucho, pero sé que no sería más feliz en pareja (he sido enormemente infeliz en pareja, por cierto).

Mi felicidad depende de mí, no de otros.

Ocupo mi tiempo en planes que dependen de mí, no de otros.

No echo de menos «momentos románticos». Nunca he sido muy de cenas con velitas ni de cosas así.

Me doy cuenta de que a mi alrededor muchos ven aún la soltería como una condición desesperante, un estigma social que demuestra cierta incapacidad e incompetencia relacional. Me ven egoísta, o rara o trastornada.

Estar soltera, en esta sociedad, implica tener un problema, algún desperfecto. A mi alrededor, para muchos, la pareja es el único patrón de felicidad para vivir en familia y lograr la tan añorada «realización» social.

En muchos países, la vida en pareja es una obligación, el destino asegurado de sus mujeres. El matrimonio es forzado, elegido por sus familias. En otros, pese a que ella, en principio, y en teoría, podría negarse a aceptarlo, en la práctica no puede. Supondría su marginación automática. La familia decide por ella. Tanto que se case como que no se case y se quede a cuidar de sus parientes. En la sociedad occidental la soltería es posible, pero está muy mal vista, especialmente entre las mujeres. La mujer soltera es una frustrada o una amargada. Y si es célibe, si no tiene vida sexual, se le supone un problema mental, a no ser que alegue convicciones religiosas

para mantener ese celibato.

Los seres humanos somos sociales, disfrutamos del intercambio cultural, de la cercanía con otros individuos de nuestra especie. Pero esta unión debe ser espontánea y voluntaria. Y conocemos a nuestro alrededor a demasiadas personas que se han casado porque era lo que tocaba y que no se divorcian por los niños, por cuestiones económicas o por el qué dirán.

Sin embargo, en el mundo occidental el 22 por ciento de los hogares en las ciudades son unipersonales.

En el mundo moderno, cuyos modelos sociales, familiares y económicos se encuentran en constante evolución, la soltería consciente —es decir, como elección y no como circunstancia— es una amenaza para uno de los tabúes más sensibles: el matrimonio. Nuestra sociedad estableció como base la monogamia y el amor vincular de pareja. Los solteros somos una amenaza a esa base, por eso se nos teme tanto.

En este modelo patriarcal, sin embargo, se dominó y se sometió a la mujer, haciéndola sentir y saber que no podía estar sola, ni mucho menos ser feliz sin un hombre. Esta programación cultural es muy potente, y ejerce un efecto narcotizante en muchas personas, que de manera ritual y mecánica, siguen buscando desesperadamente emparejarse, como huyendo de sí mismas hacia el otro. Más que por amor o por entrega y comunión, mucha gente busca pareja compulsivamente porque siente que la debe tener, que no debe estar sola, sin pararse a pensar si eso es lo que de verdad desean, como si actuaran impulsados por una especie de automatismo cultural, como si fueran robots guiados por una programación inconsciente. Ser soltero no significa huir de la responsabilidad. No es sinónimo de traumas relacionales, ni de carencias afectivas. No es, como nos ha vendido la psicología clásica, una incapacidad para comprometerse o una fractura en la inteligencia emocional. Ser soltero no es solamente una exaltación del individualismo, ni una oda al ego, ni una demostración de egoísmo. Ser soltero es (o debe ser) una elección consciente, que implica un gran contacto consigo mismo, una toma de conciencia clara sobre los proyectos que uno quiere emprender, y una determinación firme para no caer en las exigencias sociales.

El soltero o soltera es consciente de que un hombre o una mujer

no son la solución de sus conflictos y dinámicas internas. A cambio, ha elegido estar solo por creatividad, por comodidad, por libertad, o por dignidad.

En todo caso, no por resignación.

Pues bien, estaban así las cosas cuando me tocó pinchar en un bar de Madrid, y allí conocí a Alex. Alex me prestó dos libros. Uno se llamaba *Ética promiscua* y del otro no recuerdo el nombre. Lo perdí en un viaje de Madrid a Barcelona. A partir de su lectura descubrí que había otra manera de vivir. Que podía haberles contado a mis amantes que había alguien más, que no eran los únicos. Que podía haberme arriesgado, que habría debido hacerlo. Que hubiera sido más ético. Que yo había actuado llevada por un condicionamiento social pensando que quizá ellos me despreciarían, que me tomarían por puta o por fácil, o se sentirían amenazados. Y que al no haber sido sincera había perdido la oportunidad de profundizar en mis relaciones para aprender de ellas y todo se había quedado en relaciones epidérmicas, frías, vacías.

La experiencia del poliamor nos ha ofrecido a muchas personas otra opción para vivir nuestra soltería, pero también se la ha dado a numerosas personas en pareja. Este libro trata tanto sobre mi propia experiencia como también sobre la de otras personas que han renunciado al esquema de pareja tradicional y que viven su vida de otra manera.

El sociólogo Zygmunt Bauman acuñó el concepto «modernidad líquida» para definir el estado fluido y volátil de la actual sociedad, sin valores demasiado sólidos. Una sociedad sumida en la incertidumbre, debido a la vertiginosa rapidez de los cambios que han debilitado los vínculos humanos. Lo que antes eran nexos potentes ahora se han convertido en lazos provisionales y frágiles. En fin, esto de la sociedad líquida es lo que tiene: que todos no somos más que eslabones de una cadena larguísima que a veces incluso se convierte en red.

Cuando todo el mundo se lía con todo el mundo, el amor se hace flotante, se hace barca, y surfeamos sobre las olas de relaciones que nos arrastran, cada vez más imprevisibles. Olas que puede que nos lleven a puerto seguro o puede que nos lleven mar adentro y nos ahoguen. O quizá, con suerte, olas que solo nos den nuestro chute de adrenalina y después nos devuelvan a la playa.

El desarraigo afectivo es parte de cada uno de nosotros. Todo es transitorio y volátil porque se supone que las sociedades posmodernas son frías y pragmáticas. Mentira. No lo son. El ser desapegado no te libra del drama. Te hunde en más drama todavía. Eso es lo que no nos habían contado. Sí, por supuesto, todo esto se paga caro: vacío, frialdad, indiferencia, insatisfacción permanente, alienación...

En esta sociedad tan frenéticamente consumista en la que cambiamos de trabajo cada dos años, de coche cada tres, de teléfono móvil cada uno, de ordenador cada dos..., ¿por qué vamos a querer tener siempre el mismo modelo de amante? Los cuerpos de los demás no son sino una mercancía más de la que puedes desprenderte, desecharla, desconectarla.

Los vínculos duraderos despiertan ahora la sospecha de una dependencia paralizante, no son rentables desde una lógica del costo-beneficio. Como es natural esto también afecta a nuestra sexualidad, que, una vez liberada del amor, se condena finalmente a sí misma a la frustración y a la falsa felicidad. Cuando se patina sobre hielo fino, hay que patinar muy rápido para que el hielo no se resquebraje. Si no conseguimos calidad, nos aferraremos a la cantidad.

Vivimos en el mundo de lo *light,* de lo pasteurizado, de lo superficial, de lo banal, de lo rápido, de lo efímero, de lo frenético, de lo instantáneo. De los polvos rápidos y la música electrónica. De la novedad y el consumo. Del uso y el descarte. Se sustituye el amor por el sexo, la calidad por la cantidad. Las relaciones de pareja se han vuelto tan frágiles que parecen de cristal.

En conclusión: la fluidez es la norma. Todos especulamos sobre las mejores oportunidades que nos esperan y todos creemos que la hierba puede ser más verde al otro lado de la colina.

En ese contexto parece que solo se nos ofrecen dos opciones:

- **o bien la pareja monógama, mutuamente dependiente y exclusiva, fusional,**
- **o bien una promiscuidad consumista en la que los cuerpos son mercancía de usar y tirar: te los follas y después si te he visto no me acuerdo.**

Entre esos dos extremos parece que no puede haber otras opciones.

No se puede follar con alguien más de dos veces, no sea que se convierta en una relación seria. No se le puede besar con cariño a la persona con la que has decidido tener sexo la misma noche de conocerle, no sea que se piense lo que no es. No se puede besar en la boca a quien no es tu pareja. No se puede tener pareja y además otros amantes. O se puede, pero en secreto: no se debe reconocerlo.

La cuestión es que entre el blanco y el negro hay muchos matices de gris. No mucha gente sabe que precisamente el título *50 Shades of Grey*[1] se refiere a eso, al número de tonos de gris que puede haber en un pantone.

Pero este libro no es una novelita de amor con tintes sadomasoquistas. **Este libro trata del vasto territorio inexplorado que existe entre la relación normalizada y legitimada de pareja romántica y los encuentros sexuales sin compromiso, el sexo por el sexo**.

Atreverse a ser diferente

«La persona que sigue a la multitud normalmente no irá más allá de la multitud. La persona que camina sola probablemente se encontrará en lugares donde nadie ha estado antes».

ALBERT EINSTEIN

Una noche, justo antes de dormir, en ese momento que marca la línea divisoria entre el sueño y la vigilia, en el que sueñas pero aún estás consciente, vi mi vida representada por una línea dorada que se extendía infinitamente hacia adelante y hacia atrás. Había una pequeña hendidura en la línea y me di cuenta de que representaba mi vida actual. Era tan mínima que daba risa y apenas se notaba. Di una palmada de auténtico gozo. «¿Qué importancia puede tener lo que suceda en este parpadeo del tiempo? —me pregunté—. Parece muy largo e importante cuando estamos atravesándolo pero en menos de un instante es como si no hubiera sucedido nunca». Durante varios minutos esta comprensión fue patente y sentí como si me hubiera quitado un enorme peso de encima. Quizá entonces me importó menos ser soltera. Me importó menos la programación cultural que me impulsaba a sentirme mal si no había conseguido esa ansiada media naranja que todas las revistas femeninas parecen considerar el logro indispensable de la mujer moderna. Me sentí orgullosa de ser un limón entero.

Como absolutamente todo el mundo, me he encontrado en la vida con problemas, con dificultades, con enfermedades, con desesperación, con ansiedad.

A muchas personas les aterra, pero les a-te-rra, estar a solas consigo mismas, y eso les lleva a necesitar una constante aprobación por parte de las que componen su mundo, en su burbuja, en su círculo. Si salieran de ese círculo, si dejaran de hacer lo que hacen, de pensar como piensan y de seguir trabajando en

donde trabajan, no sabrían qué hacer.

Las personas con miedo a sí mismas huyen de la Felicidad porque temen que serán marginadas y rechazadas si se atreven a experimentar otras cosas. Si se atreven a divorciarse, o a salir del armario, o a engordar, o a no depilarse, o a dejarse las canas, o a no ir a la peluquería, o a dejar de ir a misa, o a decir en alto a quién votan, o a dejar su trabajo o a... (Piensa en todas las cosas que no te atreves a hacer o decir por miedo al qué dirán y rellena tú mismo/a los puntos suspensivos). O a romper el rol de pareja que les han enseñado que deben seguir.

Durante años yo no me he atrevido a decir en alto cuál es mi CI, a contradecir a mi padre/mi madre/mis hermanos, a engordar, a decir la verdad sobre mis relaciones afectivas y sexuales. Durante años me he tenido mucho miedo a mí misma.

Las personas con miedo a sí mismas creen en lo que les han enseñado, y no se atreven a cuestionarlo. Creen en lo que les dijeron sus padres o lo que les dijo su Iglesia o lo que les dicen en los programas de televisión, en las revistas y en los *sites* de Internet, y nunca piensan de otro modo.

Por miedo a quedarse solas. A solas consigo mismas.

Giordano Bruno y Galileo se atrevieron a pensar de otro modo. A uno le quemaron, al otro le obligaron a retractarse y le prohibieron escribir más. Pero el caso es que tenían razón. Siempre ha habido alguien que se ha atrevido a cuestionar la verdad establecida.

Cuando yo era niña los homosexuales estaban considerados como depravados viciosos. En el mejor de los casos, se los compadecía por enfermos. Apenas treinta años después las cosas han cambiado, o al menos en mi mundo. (Porque la homosexualidad aún es ilegal en setenta y seis países, y aún en siete se castiga con pena de muerte). Yo no me depilo y me arriesgo a que me llamen guarra, pero sé perfectamente que nadie es más o menos limpia porque no se depile. Estoy harta de escuchar que «debo cambiar mi imagen porque la imagen es muy importante». Pero algo en mi interior se resiste a convertirse en una muñequita estereotipada.

En este mundo consumista la tentación es pensar «no gano suficiente, no soy guapa, mi casa no es como la de las revistas, no

tengo coche, no tengo estilo, no tengo pareja». Pero tengo salud, vivo en un país en el que, al contrario que en muchos otros, no me van a vender, ni a casar a la fuerza, ni a obligarme a vestir de cierta manera, ni a mutilarme el clítoris. Tengo una casa en la que vivir, por más que no sea muy bonita. También amigos que me quieren, una hija sana. Incluso puedo permitirme ser diferente y pensar diferente.

De la misma manera, hoy muchos especialistas consideran que el poliamor deriva de un trastorno afectivo, y se estigmatiza a las personas que han decidido vivir en relaciones no monógamas y consensuadas, pero quizá esa sea una opción más en el futuro.

Cuando perdemos el impulso de ser diferentes, perdemos el privilegio de ser libres.

Pero... ¿qué es normal y qué no es normal?: requisitos para ser una persona normal

La película se llama *Requisitos para ser una persona normal*[2].

En ella la protagonista siente que no es «normal» porque le falta aquello que hace de una persona una «persona normal».

En concreto la protagonista no tiene

- Trabajo
- Vida familiar
- Casa
- Vida social
- Aficiones
- Pareja
- Felicidad

Para completar la lista de requisitos para ser una persona «normal» solo le faltó uno: «tener un cuerpo aceptado socialmente».

Porque en el resto tiene razón. La sociedad mira mal a los parados, a los que admiten abiertamente que no aguantan a su familia, a los que siguen viviendo con sus padres o comparten casa con desconocidos, a los que no tienen vida social, a los que no hacen pádel/senderismo/running/pilates (añádase el deporte de moda que proceda), a los que no conocen la palabra gastrobar, a los

solteros de larga duración y a los depresivos. También mira mal a los gordos y gordas.

Como la prota no está gorda, la directora le pone a un amigo «gordo» para cumplir con su crítica a lo normativo y mostrarnos todo el espectro de lo no aceptado socialmente. Entrecomillo «gordo» porque en realidad el actor no está gordo, lo que se dice gordo. Tiene su tripilla, como mucho. Esto ya nos habla del canon loco que la sociedad aplica para decidir quién está gordo y quién no lo está. De cómo en el cine se llama gordo a quien no lo es, y en la sociedad también. Porque el infrapeso se considera lo normal (Atención: existe el infrapeso sano. Hay mujeres de talla 36/38 muy sanas, pero la talla estándar en España, la más vendida, es la 42, que por estadística es la talla «normal»).

Hoy en día se valora nuestra riqueza por ser poseedoras no solo de materiales tangibles, sino de una vida que requiere socialización, es decir, requiere afectos. Vamos, que nuestras relaciones, y nuestros afectos en general, se han transformado en un potencial para obtener dinero. A la persona sin amigos se la mira mal, se la considera rara.

Lo de la «normalidad» es bastante llamativo. Si uno se da un paseíto por apps de ligue como Tinder o *sites* del estilo Meetic, AdoptaUntio, Pof, etcétera, enseguida reparará en que el 90 por ciento de los perfiles inciden en los tópicos que atormentan a la protagonista: «Soy un tipo normal, amigo de sus amigos, me gusta tomar cañas, soy alegre y positivo, hago deporte, me cuido...». Nadie escribe: «Soy un raruno, casi no tengo amigos, no me gusta salir de mi casa, y me suelo deprimir mucho». Las razones son obvias.

En fin, sigo con la película. Al principio, lo confieso, me pareció El Horror. La cursilada del siglo. Tan *hipster*, tan edulcorada, tan relamida, tan pastelosa, tan cursi/cuqui/moderna/postureada/ *hipster de merde*/gafapasta (añádase el adjetivo que proceda) que estaba a punto de salirme del cine (bueno, exagero, casi nunca me salgo de una sala), pero... de repente empecé a ver cosas muy buenas en esta película. Y cuando acabó pensé: mi hija tiene que verla.

Porque esta película puede enseñar mucho a chicas jóvenes y no tan jóvenes.

Te puede enseñar que no todas las familias son felices, y que en muchas familias cada uno hace lo que puede.

Te puede enseñar que los discapacitados mentales para ciertas cosas quizá poseen más inteligencia (emocional) que los que superamos el setenta y cinco en la prueba de CI.

Te puede enseñar muchas cosas sobre el amor.

Un ejemplo:

Nuestra heroína se ve en la tesitura de elegir entre dos hombres.

A) Guapo, pijo, estiloso, con un buen trabajo, que sabe de arte contemporáneo y de marcas de gin tónic, encantador, con amigos que le quieren y familia que le adora, que va al gimnasio regularmente y viste de marca.

B) Feo. Mentira. También guapo pero en la película se dice que no lo es (aquí la directora patinó un poco, el actor está bien bueno, por mucho que le hayan engordado y le vistan de friki), con un trabajo de mierda (dependiente en Ikea), sin amigos, cero vida social, con cierto sobrepeso, no habla de su familia y la única vez que los menciona entendemos que no se lleva con ellos, y comparte piso con una abuela.

Tu mamá y tus amigos, la sociedad en general, elegirían al tipo A y descartarían al B.

Pero espera que te diga algo más.

El tipo A es muy superficial, sus amigos disfrutan ridiculizando a excompañeras de instituto, su relación con la protagonista parece basarse en «esto es lo que aparento» en lugar de «este soy yo de verdad, estos son mis miedos, mis defectos, mis problemas».

El tipo B se presenta como es, con sus miedos, sus complejos y sus carencias. Apoya siempre a la protagonista, actúa como un amigo, respeta a la protagonista cuando ella tiene citas con otro hombre, aunque sabemos que le duele y que siente celos, pero no intenta disuadirla, no la manipula y mucho menos le grita, ni la somete a chantajes sentimentales. Deja que ella elija. Escucha a la chica y a la vez retribuye: le habla también de su vida. Es, sobre todo, un gran amigo.

En fin, que esta comedia romántica nos enseña que en esta sociedad narcisista la apariencia tiene gran importancia pero muchos encontramos la verdadera felicidad en personas y situaciones que esta sociedad narcisista desprecia.

Y creo que muchas chicas deberían aprender que **un compañero de vida debe ser, ante todo y sobre todo, un amigo, una persona que te respeta tal y como eres, y que te deja seguir tu camino aunque le duela. Y que puede entender que a veces te sientas atraído por otras personas.**

Incluso podemos entender que a veces va a haber más de un compañero de vida. O varios, simultáneos.

El fracaso de la pareja fusional: *10.000 km*

De nuevo, voy a utilizar una película como ejemplo.

La película se llama *10.000 km*[3].

Cuenta la historia de una pareja aparentemente feliz. Llevan juntos siete años, comparten casa y están intentando tener un hijo. Ella no encuentra trabajo, pero a él no parece importarle: «Yo no te pido que trabajes», dice él al principio de la película, afirmación que me sorprendió un poco, pues parecía que él quería reproducir el patrón de la pareja tradicional: yo trabajo y aporto dinero, tú cuida del hijo que vamos a tener.

En esos momentos a ella le llega una oferta de trabajo más que buena. Estupenda. Le pagan bien y va a trabajar en su campo. Existe un único inconveniente: el trabajo está a diez mil kilómetros de casa. Ella acepta y ambos convienen en seguir la relación de manera virtual, a través de *e-mail,* Skype y WhatsApp.

Pero la distancia se carga la relación.

Mi madre y mis hermanas se casaron con novios con los que mantuvieron relaciones a distancia. Mi madre vivió su noviazgo en los años cuarenta-cincuenta, mi hermana Eva en los setenta y mi hermana Marta en los ochenta. Mis padres vivían en ciudades diferentes y se habían conocido en verano. El novio de mi hermana Eva se fue a estudiar un año a los Estados Unidos y el de Marta se fue a hacer el servicio militar a otra ciudad.

En los tres casos, ninguna pensó, en ningún momento, que la distancia acabaría con su amor.

Mi madre solo podía comunicarse con mi padre por carta. En aquellos años ninguno de los dos vivía en casas con teléfono, que era un lujo desusado en la época.

Mi hermana Eva sí, por supuesto, tenía teléfono. Pero las conferencias internacionales eran un lujo exorbitado, por lo que su novio podía llamarla, como mucho, una vez al mes. No se vieron en un año.

Mi hermana Marta podía llamar a su novio con más frecuencia, pero no más de una vez a la semana pues su novio no podía recibir llamadas en el cuartel. Se vieron en Navidades y en dos permisos.

Ninguna de las tres sintió nunca que la distancia podía acabar con su relación.

Sin embargo, la pareja de la película, que puede hablarse y verse a diario, por medio de Skype, no soporta la distancia y se separa.

¿Qué diferencia a las mujeres de mi familia de la pareja de la película?

- En el caso de mi madre y hermanas, se consideraba que vivían un noviazgo serio y formal. Su novio podía haberlas dejado, por supuesto, pero se hubiera enfrentado a una condena social muy fuerte en su entorno. Un hombre que dejaba a una novia formal no estaba bien visto a no ser que ella «le hubiera dado razones». Es decir, que le hubiera sido infiel o se sospechara que podía haberlo sido. Si no, una vez comprometía su palabra, debía cumplirla. Por ello, **en aquella época, una pareja debía estar muy segura de formalizar relaciones**. Por una cuestión de dignidad, era ella quien debía dejar a su novio, siempre y cuando él «le diera razones». Es decir, que el hombre tenía muy complicado dejar a una chica. (Si queréis saber más sobre esto, leed el maravilloso ensayo *Usos amorosos de la posguerra*, de Carmen Martín Gaite. Mis hermanas no vivieron en posguerra, mi madre sí, pero también vivían en ambientes en los que un compromiso era muy difícil de romper).
- Ni mis hermanas ni mi madre vivían con sus novios ni se fueron a vivir con ellos hasta después de casadas. Es decir, **cuando el novio se fue, mis hermanas y mi madre no vieron un cambio drástico en su vida. Seguían contando con el sostén afectivo de padres y hermanos, y su rutina diaria no se alteró drásticamente**.
- **Tanto mi madre como mis hermanas tenían su grupo «de amigas de toda la vida» que a día de hoy sigue siéndolo**. Su vida social no se alteró tampoco drásticamente. Seguían

saliendo al cine o a tomar café con sus amigas, como habían hecho siempre. Este grupo era de ellas, no de él. Eran las amigas de mis hermanas y de mi madre antes de que conocieran a sus novios y lo siguen siendo después de que mi madre y mi hermana enviudaran y mi otra hermana se divorciara.

Sin embargo, la pareja de la película:

- **Sabe que su relación no implica un compromiso irrompible.** A día de hoy no es un drama que un novio o una novia deje a su pareja. Incluso el divorcio no está mal visto, ni siquiera cuando hay niños pequeños de por medio. No existe ninguna sanción social sobre la persona que decide romper una pareja seria.
- **Viven juntos,** y se da a entender que han vivido juntos desde hace mucho tiempo, **casi desde que se conocieron**.
- **No tienen amigos fuera de la pareja**. Él tiene amigos, y en algún momento habla con uno, pero no parecen un apoyo muy grande. Él afirma en algún momento que cuando se encuentra a sus amigos por la calle todos le preguntan por ella, lo que da a entender que eran «amigos de la pareja», no amigos de él en exclusiva. También da a entender que les ve poco, si es que se los encuentra por la calle y no es que les llame o hayan quedado, y si le tienen que preguntar por ella y no saben que se ha ido. En cuanto a ella, se busca amigos nuevos en Los Ángeles, pero nada nos da a entender que hable con las amigas que dejó en Barcelona. Tampoco parece que ambos tuvieran mucha vida social allí. Ella la va creando poco a poco en Los Ángeles. Él, en Barcelona, no sale casi nunca. No le dice a ella jamás que ha ido al cine a ver tal película, o al teatro a ver tal obra, o que ha estado en un concierto, o en una fiesta. Es músico, pero jamás habla de la música que escucha, como si en realidad no le importara.

En resumen, **mi madre y mis hermanas tenían un vínculo muy fuerte con su pareja pero que no se basaba en la dependencia mutua**. Mi madre y mis hermanas tenían una vida diaria llena de amor y compañía, la de su familia y sus amigos.

La pareja de la película tiene un vínculo tan frágil como

para que él esté temiendo todo el rato que ella pueda conocer a otro y dejarle. Y parece que, aparte de tenerse el uno al otro, poco más tienen. Él, su música. Y ella empieza a tener un trabajo y unas inquietudes justamente cuando se aleja de él.

Por esa razón ni mi madre ni mis hermanas necesitaban contacto constante con su novio. Le esperaban con calma porque sabían que volvería. Le echaban de menos, por supuesto, pero no se sentían solas. En el día a día, sus necesidades afectivas y de socialización estaban cubiertas.

Pero el protagonista de la película se derrumba cuando ella se va. Por lo que parece, su vida estaba completamente centrada en su pareja. Cuando le falta, no sabe vivir solo. Tiene que estar a todas horas en contacto con ella, y padece un miedo cerval a que ella le deje por otro de forma que, si no sabe de ella durante más de un día, se teme lo peor.

En cuanto a ella, solo es cuando se aleja de él cuando por fin encuentra espacio para dedicarse a lo que realmente le gusta: hacer fotos. Podría haberlas hecho en Barcelona (pocos lugares habrá más bonitos para hacer fotos que Barcelona, y si los hay, que los habrá, me encantaría ir), pero allí tenía que estar, por lo que deducimos, muy dedicada a su novio. Y el arte y la creación, lo sabemos todos los artistas, requieren de mucha soledad.

Por lo tanto *10.000 km* aborda los problemas típicos de las parejas modernas.

Nos habla de la falta de compromiso, de relaciones que se pueden romper en cualquier momento porque son como bolsos: esta temporada me gusta este, mañana me puede sentar mejor otro.

Nos habla de la dependencia afectiva en una sociedad que no fomenta los vínculos afectivos fuera de la pareja.

Nos habla de la era del capitalismo afectivo, de las relaciones fugaces, del amor líquido, de los engaños y de las monogamias encadenadas.

Nos habla de la era de las personas dependientes y de las existencias solitarias, de las vidas miserables y del eterno vacío.

Alex y Sergio han sido amigos y amantes, dependían el uno del otro y vivían el uno para el otro. En una existencia autárquica. En sus conversaciones no se refieren jamás a sus familias, y muy poco a sus amigos. Nos dejan claro que compartían todas sus aficiones.

Ninguno reservaba un espacio de su vida para sí mismo.

Por eso, cuando Alex empieza a volar por sí sola, a buscar nuevos amigos, a crear, a viajar sola..., a Sergio se lo comen los celos. Y para acabar de arreglarlo, Sergio le plantea un ultimátum sentimental: si no vivimos juntos o tenemos un hijo, te dejo. ¿Nos extraña que ella opte por su libertad?

Alex y Sergio viven una relación fusional, que es un tipo de relación muy común entre las parejas modernas, en la que una persona, literalmente, se «funde» con otra dando como resultado una pérdida total o parcial de la propia identidad.

Son personas que desean que sus parejas y ellas sean, literalmente, una sola persona.

No hay diferenciación entre una y otra. Les resulta imposible concebir otro tipo de relación.

Este tipo de personas suelen establecer (inconscientemente) vínculos con el otro buscando el amor, la seguridad, la protección, de los que carecían en la infancia. Y muchas veces también la seguridad y la protección que no encuentran en una sociedad líquida.

Una sociedad líquida en la que es difícil encontrar un trabajo y mantenerlo. Una sociedad líquida en la que los amigos se cuentan por el número de *likes* de Facebook, pero no suelen estar dispuestos a valorarte más allá de por lo que tengas. Una sociedad líquida en la que las familias en muchos más casos de los que conocemos están desestructuradas y abiertamente enfrentadas. (No olvidemos que en España una de cada dos parejas se divorcia y que los juicios por custodia pueden ser verdaderamente cruentos).

En una pareja fusional, ambos miembros buscan desesperadamente un refugio. Pero, como le sucede a Sergio en la película, son muy inseguros. Las dos personas presentan grandes dudas respecto a su propia valía y suelen sentirse incomprendidas por el otro. Las parejas fusionales son parejas complicadas, con una carga sexual muy fuerte. En la película se subraya esto claramente, de hecho se reconcilian a través del sexo, no de la palabra. Porque el sexo libera tensiones y es un gran ansiolítico, y el vínculo que ambos mantienen es ansioso.

En una pareja fusional, la relación se basa en la dependencia afectiva y la idealización. No en la independencia y la aceptación

realista del otro.

En estas parejas suele haber un periodo romántico de intensa fascinación mutua, de enamoramiento muy profundo, porque son relaciones muy basadas en la idealización.

En cierto modo, la excesiva idealización de otra persona es la condición *sine qua non* del proceso del enamoramiento, y un cierto grado de idealización persiste siempre en las relaciones de pareja. Pero las relaciones basadas en esta idealización exagerada están destinadas al fracaso porque la otra persona nunca se va a ajustar exactamente al ideal. El proceso del duelo —tan doloroso durante el proceso de desenamoramiento— es un ejemplo de la idealización: si la otra persona nos deja, el ideal se rompe en pedazos. Cuanto más la hayamos idealizado, más duro el duelo.

En las parejas funcionales, no fusionales, cada uno es capaz de mantener sus amistades y compromisos íntimos fuera de la pareja. Casarse, vivir con alguien no debe significar cortar con amigos o con las cosas que nos gusta hacer. Hay que mantener una vida separada de la pareja, salir de compras con amigas, hacer deporte con amigos, etcétera. Una vida externa nutre la pareja en vez de desgastarla.

En estas parejas funcionales ninguno se siente usado, ninguno tampoco siente «que se regala». Pero en la pareja fusional de Alex y Sergio las cosas no funcionan así. Alex, inglesa, siente que se sacrificó por Sergio cuando decidió quedarse, en Barcelona por él. Por su lado, Sergio siente que Alex le traiciona cuando se va a vivir a Los Ángeles. Cada uno considera que el otro le debe algo, de la misma manera que ambos dependen el uno del otro.

Cada uno depende del otro. Cada uno es parte de algo. Son la mitad de un todo. Ninguno siente que es por sí mismo.

El vínculo tradicional, ese en el que Alex y Sergio, y tantas parejas como Alex y Sergio creen, se basa en diez mitos que ahora abordaremos.

	PAREJA FUSIONAL	
Autonomía dependiente		**Idealización mutua**
Todo en compartir		**Amigos y aficiones que no son comunes**
Amor realista		
Vínculo frágil, miedo al abandono		

Confusión, confusión, confusión		
Intuición, calidez, calma		
No es perfecto		No es perfecto, yo tampoco. Nuestra relación puede serlo

Los diez mitos modernos sobre las relaciones de pareja

El mito de la media naranja: la creencia de que el «otro» es la única elección posible, la que teníamos predestinada. La afirmación de que el amor no es voluntad sino destino.

El mito del emparejamiento: la creencia de que la pareja es algo natural y universal y que todas aquellas personas que se desvíen de esa norma, y que decidan vivir de otra manera, van a sufrir o padecen algún problema.

El mito de la exclusividad: la creencia de que es imposible estar enamorado/a de dos personas a la vez (... y no estar loco, como decía Antonio Machín).

El mito de la fidelidad: la creencia de que el deseo debe satisfacerse exclusivamente con la propia pareja.

El mito de los buenos celos: la creencia de que los celos son un signo de amor, e incluso el requisito indispensable de un verdadero amor.

El mito de la equivalencia: la creencia en que el «amor» y el «enamoramiento» son equivalentes y, por tanto, si una persona deja de estar apasionadamente enamorada es que ya no ama a su pareja.

El mito de la omnipotencia: la creencia de que «el amor lo puede todo» y, por tanto, si hay verdadero amor este es suficiente para solucionar todos los problemas.

El mito del libre albedrío: la creencia de que los sentimientos amorosos son íntimos y no están influidos por factores sociales,

biológicos y culturales.

El mito del matrimonio o de «vivir juntos»: la creencia de que el amor romántico pasional debe conducir a la unión estable de la pareja y constituirse en la única base de la convivencia de la pareja.

El mito de la pasión eterna: la creencia de que el amor romántico puede y debe perdurar tras años de convivencia.

Las verdades frente al mito

El mito de la media naranja frente a la verdad sobre los limones enteros

El destino existe hasta cierto punto... Pero solo hasta cierto punto.

Mi destino habría sido otro si yo hubiera nacido en Siria, pero a partir de ahí mi vida me la trabajo yo, con mis elecciones. Soy yo quien decido sobre mi vida, y no mi destino. Existen muchas personas con las que puedo ser compatible, no solo una, y puedo elegir entre ellas.

Este mito de «la media naranja» es muy peligroso porque hay personas, en su mayor parte mujeres, que aceptan convivir para siempre con otras porque «esa es la persona que le estaba destinada para toda la vida». Y a partir de esta idea aceptan todo tipo de maltratos o de situaciones límite que para otra persona serían intolerables. O no se deciden a cortar esa situación porque piensan que ni se puede ni se debe luchar contra el destino.

Para explicar este concepto tenemos que entender **qué es el destino.**

La visión popular occidental es que controlamos nuestras vidas y que todo lo que nos sucede es resultado de nuestra propia elección.

Por otra parte, la visión popular oriental es que todo lo que nos sucede no está bajo nuestro control y por ello no somos más que marionetas en un plan ya trazado.

Pero la verdad reside en un punto equidistante entre esos dos extremos.

El destino supone no tener control sobre determinadas

situaciones de la vida.

La libre voluntad es la porción de la vida sobre la que tenemos control.

Un ejemplo de libre voluntad: supongamos que hay una persona que bebe y que tiene un coche en pésimas condiciones. Decide conducir borracho perdido y a toda velocidad por la carretera que desciende una montaña. Si en algún punto se saliese de la carretera y cayese por el precipicio, ¿de quién sería culpa? ¿Sería un accidente causado por el destino o un accidente causado por la libre voluntad?

Bien, pues podría haber escogido no beber y conducir. Podría haberse asegurado de que su coche estuviese en mejor estado y podría haber conducido despacio. El accidente ha sido producto de su voluntad.

Pero si otro conductor que está sobrio conduce cuidadosamente un coche en perfectas condiciones por la misma pendiente de la montaña tomando todo tipo de precauciones, y de pronto sucede un desprendimiento y nuestro conductor acaba teniendo un accidente, entonces diremos que la persona no tenía control sobre el desprendimiento. Y por lo tanto el accidente fue culpa del destino. El suceso le estaba predestinado.

Hay una parte de destino en la elección de nuestra pareja, por supuesto. Pero gran parte es resultado de la voluntad.

Es decir, es destino que yo haya conocido a Mari Juli en el andén del metro precisamente el único día que tomo la línea seis, que no he cogido en la vida, y precisamente cuando acababa de perder el tren porque me quedé pensando en las musarañas. Pero si decido años después aguantar los gritos de Mari Juli eso es voluntad, y no destino.

Nosotros decidimos irnos o quedarnos, permanecer o irnos. No somos esclavos de nuestras pasiones por mucho que nos lo hayan hecho creer así. De hecho, las personas que no pueden dejar a sus parejas es porque son víctimas de la profecía autocumplida: como les han hecho creer que es imposible sobreponerse con la razón a lo que uno siente con los genitales o con las hormonas, son incapaces de hacerlo. Si creyeran en otra cosa y no fueran esclavos del mito, actuarían de otra manera.

Por otra parte el mito de la media naranja lleva aparejado

otro: el mito del emparejamiento; de que estamos incompletos si nos falta otra persona.

El mito del emparejamiento frente a la verdad sobre la libre elección

Este mito es muy peligroso porque nos hace sentirnos diferentes a aquellos que no nos emparejamos, y nos hace sufrir por estar solteros. ¿Tendré algún defecto? ¿Tengo mal carácter? ¿Soy demasiado exigente, inmaduro, egoísta?

Pero a lo largo de la historia ha habido todo tipo de uniones. Matrimonios acordados, relaciones de poligamia y de poliandria, matrimonios sucesivos, eremitas, personas que vivían solas sin que nadie cuestionara su decisión...

De hecho, la pareja es un invento occidental y del siglo XX. En casi todo el mundo, hasta el siglo XX, se vivía en comunidades de familias extensas. Abuelo y abuela, la tía, un matrimonio, sus hijos, a veces los criados. En cualquier granja, caserío, masía o haram árabe, se vivía en grupos que incluían a numerosos miembros, algunos relacionados por lazos de sangre y otros contratados o acogidos.

A día de hoy la familia nuclear (padre, madre e hijos) es una minoría en el mundo. Solo el 17 por ciento de los hogares en el mundo funcionan así.

En España también. El censo que destapó en 2001 la diversidad familiar constataba que casi la mitad (45,6 por ciento) de los hogares están habitados por una pareja y sus hijos. Pero el resto de los hogares, es decir, el 54,4 por ciento, son diferentes.

No ha habido en España otra institución que haya sufrido una transformación tan profunda en los últimos veinticinco años como la que ha sufrido la familia. Hasta 1981 no se legalizó el divorcio. Oficialmente, hasta entonces no había matrimonios separados ni familias recompuestas. Las queridas y los bastardos no contaban, por supuesto. El sistema legal y social imponía un modelo concreto. El Código Penal protegía a la familia nuclear penando, por ejemplo, el adulterio. Eso ha cambiado radicalmente. O no.

Como decía Lampedusa, en el fondo todo se resume en «que

todo cambie para que todo siga igual».

Las pasiones son tan antiguas como la Humanidad, nadie está inventando nada. Antes también existía la diversidad, la heterogeneidad, lo que se llamaba entonces la desviación. Pero las desviaciones se escondían. Madres solteras que fingían que su hijo era su hermano. Homosexuales que eran tomados por heterosexuales solteros. Honestos padres de familia que mantenían a una amante en otro piso.

Ahora las cosas han cambiado, pero la convivencia de modelos no tiene por qué tener efectos perturbadores de uno sobre otro.

El ser humano necesita una estructura de acogida fiel y segura para poder desarrollarse en armonía emocional e intelectualmente. La familia es un lugar de encuentro intergeneracional, un espacio de privacidad y un entorno de confianza que no es fácil hallar en otro lugar en nuestro mundo. La familia es, por encima de todas, la institución mejor valorada en todas las encuestas. Pero la familia a secas, sin especificar cuál. Y existen muchos modos de familia.

Antes, seguir a un individuo era relativamente sencillo: nacía, se casaba, enviudaba y fallecía. Ahora, ese mismo individuo puede pasar por media docena de estados civiles —emparejado, casado, divorciado, emparejado pero sin convivir, padre solo— a lo largo de su vida, y eso sin registrarse en ninguna parte.

Existen las familias reconstituidas / las familias mecano, con parejas que tienen hijos de uniones anteriores, las familias monoparentales, las clásicas, las extensas.

Y existen también personas que viven en tríos o que han creado círculos, existen las parejas abiertas, los poliamorosos, los solteros por elección, las redes conexas. Y de ellos vamos a hablar en este libro.

El mito de la exclusividad frente a la verdad de las muchas oportunidades

Cualquier persona sincera y que haya vivido muchos años en pareja te explicará que alguna vez ha amado a otra persona. Vale, quizá si es «una mujer de su casa» que ha tenido muy pocas oportunidades de conocer a más gente te cuente algo diferente.

Si el ser humano no fuera capaz de amar a dos personas a la vez, la literatura universal, desde Catulo a Dostoievski, pasando por Flaubert, en todos los idiomas y en todas las épocas, no estaría trufada de historias de personas que se debaten entre dos amores. Lo cual nos lleva directamente a otro mito.

El mito de la fidelidad frente a la verdad de que la monogamia es antinatural

Helen Fisher, la famosísima antropóloga autora de *Anatomía del amor*, ha estudiado durante diez años la vida de las aves, las abejas y los seres humanos. Y llegó a la conclusión de que vivir con una sola pareja no es solo insólito, sino antinatural. Creencia que comparte con la mayoría de los antropólogos modernos.

Fisher define la infidelidad como una consecuencia necesaria de los procesos químicos cerebrales. Según ella, el amor actúa como un instinto de supervivencia de la especie. Pero esto no conlleva que sea necesario casarse o seguir casados siempre. Hace apenas ciento cincuenta años —recuerda Fisher— el matrimonio, aparte de que duraba menos por la muerte prematura de algún cónyuge, no tenía por qué relacionarse con el amor.

El 97 por ciento de los mamíferos no siguen juntos tras la cópula. Entre los mamíferos, y particularmente los primates de los que descendemos, la monogamia no es práctica habitual. Y entre los humanos, tampoco. La inducción biológica no nos impulsa a la monogamia. No somos monógamos por naturaleza. Me extenderé sobre este tema un poco más adelante.

El mito de los buenos celos frente a la verdad de que quien confía no siente celos

Muchas personas condenan abiertamente los casos de control y malos tratos sobre la mujer o la pareja que salen en la televisión, pero, sin embargo, piensan que determinadas maneras de control que implican celos por parte del otro no solo no son nocivas, sino que demuestran el interés y el amor que siente tu pareja por ti.

Curiosamente esta aceptación de ser «controladas por el amor» se da más en la población femenina. Los chicos, la aceptan cuando son ellos los celosos, pero no tanto si son ellos los controlados. Los chicos pueden revisar el móvil de sus novias, pero no les gusta que sea al revés.

La creencia que dice que «por el humo se sabe dónde está el fuego y del humo del cariño nacen los celos» está tan arraigada que, cuando queremos comprobar si interesamos a la persona que a su vez nos interesa, lo que hacemos es justamente... ¡darle celos! Si se muestra molesto entonces es que le interesamos. O eso es lo que creemos.

Las personas celosas viven en muchos casos un verdadero tormento que se convierte de paso en un suplicio para sus víctimas, las personas celadas. Los celosos se obsesionan, sufren y hacen sufrir a los demás ejerciendo conductas compulsivas de control sobre la otra persona: revisiones del móvil y correo electrónico, continuas llamadas y seguimientos, chequear el Facebook y el Twitter a todas horas, comprobar a qué hora se conectó su pareja a WhatsApp por última vez, etcétera. Esas conductas de control les roban tiempo y energía.

¿Son entonces los celos un signo de amor? Pues no, no lo son. Son signo de inseguridad, de una frágil autoestima y de dependencia emocional. Puede haber amor sin que existan celos, y puede haber celos en situaciones y relaciones en las que, a partir del trato que se le da a la otra persona, se puede inferir que no hay el más mínimo amor.

Generalmente los celosos son personas dependientes que necesitan una relación blindada que les garantice la seguridad absoluta de que la otra persona no se va a marchar. Pero los seres humanos nacemos libres y podemos elegir marcharnos de un sitio en cualquier momento. Si nos quedamos en un sitio o con una persona es porque estamos a gusto.

Para colmo los celosos consiguen el efecto contrario, es decir, la «profecía autocumplida»: con su comportamiento de presión y control, la otra persona llega a sentirse agobiada y empieza a pensar en marcharse.

Los celos destrozan una relación, no la construyen.

Los celos son inseguridad. El amor es confianza. La

inseguridad no es confianza. Por lo tanto, los celos no son amor.

El mito de la equivalencia frente a la verdad de que enamoramiento no es amor

Hemos elaborado unas creencias erróneas sobre el amor, ya que el enamoramiento no es amor, o solo una parte.

El enamoramiento y el amor no son lo mismo. El primero es una concepción idealizada, una mala herencia platónica. Es absurdo, ciego, loco, no te deja casi respirar ni ver el camino por el que avanzas. Imagina y no ve, es obsesivo, es poco realista. Esta etapa de pasión llega a poseer toda la sintomatología de una adicción: tolerancia, abstinencia y recaída.

Lo cierto es que, como bien decía Erich Fromm «comenzamos a amar cuando dejamos de estar enamorados».

El enamoramiento es loco y apasionado. Las relaciones de larga duración suelen ser sensatas, racionales y tranquilas. Por más que haya un sentimiento fuerte, y un vínculo profundo, la pasión no se vive con la misma intensidad que como era al principio de la relación.

El enamorado siente que su pareja es perfecta. La idealiza. Ve sus virtudes pero no ve sus defectos. El que ama profundamente ama a alguien a pesar de sus defectos y no por sus virtudes. No idealiza. Ve, comprende y respeta.

Enamorarse es adorar las coincidencias, amar es aceptar las diferencias. El enamoramiento ve las virtudes, el amor ama pese a los defectos.

Conozco matrimonios de muchos años que mantienen una relación excepcional donde no cabe duda de que hay mucho amor, pero puedo asegurar que ellos no sienten a su pareja como perfecta y son totalmente conscientes de los fallos de su cónyuge. Es posible, sin embargo, que sí consideren que su relación es perfecta, aunque su pareja no lo sea.

El enamoramiento apasionado tiene una duración de unos seis meses a tres años. En este momento la química de nuestro cuerpo cambia. Comenzamos a producir siete mil veces más dopamina. La

dopamina es una hormona que produce euforia e incluso insomnio. Al aumentar la dopamina, con ella aumenta también la testosterona y con ella el deseo sexual. (La testosterona se considera la hormona masculina, pero también la producimos las mujeres). Esta es la razón por la que los primeros años de la relación las parejas son más activas sexualmente. Porque gracias al efecto euforizante de la dopamina nos sentimos entusiasmados y en nuestro cerebro se bloquea la lógica y la razón. Y así, utilizamos a nuestra pareja como una pantalla en blanco donde proyectamos todo lo que queremos ver. Aquí puede el principio del placer sobre el principio de la realidad.

Todos nos hemos quejado alguna vez de haber juzgado mal a nuestras parejas durante el enamoramiento. ¿Cuántas veces no hemos escuchado «todo el mundo me decía que era un mentiroso y un *sobrao* y yo nunca pude verlo»? Es importante liberarnos de la culpa que esto conlleva y entender que, si no pudimos ver los defectos de nuestra pareja en un principio, fue porque estábamos drogados con nuestra propia química.

Pero ya dice el refrán que «todo por servir se acaba y acaba por no servir», así que cuando nuestros niveles hormonales regresan a su estado normal (preenamoramiento) es cuando nos enfrentamos con la realidad y nos comienzan a irritar cosas de nuestra pareja. Nos molesta que sea tan desordenado, o tan obsesionada con el orden, o que ronque, o que se mueva en la cama, o que apenas lea, o que sea tan pedante o que... (la lista es infinita). Si el vínculo es lo suficientemente seguro y profundo, dejamos de tener una pareja perfecta y comienza a ser un mejor amigo a quien amamos, un testigo de nuestra vida. El estar enamorados es una experiencia. El amar a nuestra pareja es una forma de vida. Un compromiso que se tiene que trabajar día a día para conservar el respeto, la confianza, la comunicación, el cuidado mutuo y, por ende, el amor.

Pero si en la fase de enamoramiento no se ha creado un vínculo fuerte entre esas dos personas, la separación está al caer.

En cambio, si en esa pareja había algo más que un desfase hormonal, si se ha creado un vínculo de amistad, compañerismo y proyectos comunes, comienza la segunda fase. El amor. Es el momento en el que la locura e intensidad del enamoramiento se reemplazan por un sentimiento de paz, seguridad y comodidad.

En esta fase postenamoramiento, al disminuir la producción de dopamina, aumentan los niveles de oxitocina (considerada la hormona del apego) y vasopresina (considerada la hormona de la monogamia). A estas dos hormonas se las considera las «hormonas de la satisfacción».

A pesar de que hombres y mujeres producen ambas hormonas, la combinación de la oxitocina con las hormonas femeninas tienen un efecto mayor en el amor. Lo mismo sucede con la vasopresina y las hormonas masculinas. Esta es la razón por la que se dice que la hormona del amor en las mujeres es la oxitocina y en el hombre es la vasopresina.

Las mujeres producimos oxitocina también durante el parto y cuando damos de mamar al bebé. Esta hormona permite que se cree un vínculo afectivo fuerte con nuestros hijos o hijas.

El problema es que vivimos en una sociedad que glorifica el enamoramiento y lo equipara al verdadero amor. En revistas del corazón, *sites* de Internet y programas sensacionalistas de la tele es común leer o escuchar que «Zutanita ha rehecho su vida con Menganito», cuando Zutanita apenas hace un mes que sale con Menganito. En primer lugar Zutanita ya tenía vida. De hecho, mucha gente «rehace» su vida en soledad, y no en pareja. Mucha gente empieza a disfrutar la vida que realmente consideran como suya precisamente cuando se separa. En segundo lugar, hasta que Zutanita y Menganito lleven tres años juntos no sabremos si su relación está consolidada.

En los tiempos de mi madre y mis hermanas las parejas se casaban después de varios años de relación, cuando la fase de enamoramiento había pasado. En los nuestros, las parejas se van a vivir en pleno estado de euforia. Por lo tanto es fácil que al cabo de un tiempo se separen.

Otro resultado muy grave de este mito es que justifica separaciones y rupturas de vínculos que se podrían haber mantenido perfectamente. Parejas que llevan mucho tiempo juntas, que han creado un hogar estable, una rutina de compañerismo y apoyo mutuos, y que se rompen porque una de las personas se enamora de otra. Cuando quizá la pareja principal debería esperar a ver cómo evoluciona ese enamoramiento, con calma, pues muy probablemente ese enamoramiento no llegue a convertirse en otra

cosa y no tiene por qué destrozar a la pareja principal. O parejas que se separan porque «ya no hay pasión» o «ya no sienten lo mismo».

Y es que nadie les ha contado que **el enamoramiento y la pasión, indefectiblemente, tienen fecha de caducidad, y que lo que sentían no podía durar toda la vida.**

El mito de la omnipotencia frente a la verdad de que el amor no puede con todo y requiere también de la voluntad

En 1967 John Lennon escribió una canción llamada *All You Need is Love* («Todo lo que necesitas es amor»). Lennon maltrató a sus dos esposas y abandonó a su hijo, con el cual mantuvo siempre una relación desapegada. Lo siento, fans de John Lennon (leninistas), que sé que sois legión, pero John no fue precisamente un buen marido.

Cynthia Lennon ha asegurado en la presentación de su libro de memorias que el excomponente de los Beatles «enfocaba la cuestión de la paz desde un punto de vista comercial» ya que «una cosa era lo que predicaba en sus canciones y otra lo que hacía en familia». Su hijo, Julian Lennon, escribe en la introducción al libro de su madre que «es increíble que dos personas que se dedicaban a propagar la paz y el amor por el mundo fueran incapaces de hacer lo propio con su propia familia». El día del parto, Lennon no estuvo ahí y conoció a su hijo Julian tres días después.

El propio Lennon aseguró que Yoko fue la única mujer a la que nunca maltrató. Pero Yoko fue más bien una enfermera y una madre antes que una amante. De hecho, la amante de John era su secretaria, May Pang. De modo que John y May se van a vivir juntos durante poco más de año y medio. John se siente muy bien. Sale todas las noches, se droga, se emborracha con sus amigos y le da algunas palizas a May, que las soporta porque no cualquier chica se acuesta con un Beatle. Al final, John regresa con Yoko.

Y no sabemos cómo hubiera evolucionado la cosa porque John fue asesinado poco después. Yoko hereda más de trescientos millones de dólares y el cobro permanente de los derechos de autor que defiende mejor que el propio Lennon.

Cynthia y Julian no reciben nada. Resultó que no todo lo que necesitas es amor. A veces, también necesitas dinero para subsistir.

Treinta y cinco años después, Trent Reznor, del grupo Nine Inch Nails, escribió una canción llamada *Love is not Enough* («El amor no es suficiente»). Reznor se rehabilitó de las drogas y el alcohol, se casó con su novia, tuvo dos hijos con ella, y luego canceló álbumes y giras enteras para poder quedarse en casa y atender a sus hijos.

Uno de estos dos hombres creía que todo lo que necesitaba era amor. Otro sabía que el amor no es suficiente.

Uno de estos dos hombres tenía una comprensión clara y realista del amor. El otro no.

Uno de estos hombres idealizaba el amor como solución para todos sus problemas. El otro no.

Uno de estos hombres no sabía cuidar de sus amantes ni de sus hijos. El otro se esforzó por hacerlo.

Nos educan con la idea de que el amor lo puede todo y no es verdad; no lo justifica todo.

La entrega hacia la otra persona debe basarse en un equilibrio entre el sentimiento y la razón. El sentimiento no puede con todo.

Las relaciones son como cualquier ser vivo, o se las nutre y se las cuida o se mueren. Una relación de largo recorrido necesita de admiración, proyectos comunes, respeto, compromiso voluntario y amistad.

La importancia de elegir a la otra persona con la razón evita el sufrimiento. Cuando no se ha utilizado la cabeza, se sufre, de ahí la conveniencia de retirarse a tiempo. Se pierde placer, pero se gana en libertad.

El amor es también amistad, una amistad democrática en la que se comparte una confianza básica. Es como sentirse parte de un equipo, ser compatible en lo esencial en tus valores. Eso requiere saber que el otro puede sentirse atraído por otra persona, que eso va a suceder. Requiere saber comprenderlo y gestionarlo, requiere poder hablar de ello y aceptarlo. Requiere negociar acuerdos y buscar soluciones.

El mito del libre albedrío frente a la verdad de los factores

sociales, biológicos y culturales que influyen en el amor

Aunque no lo queramos reconocer, nuestras elecciones no son casuales. Somos tanto producto de nuestra programación genética como de nuestra programación cultural. Y esa programación nos induce a elegir una pareja u otra.

Los responsables de nuestros enamoramientos son, en parte, los químicos del deseo, las hormonas y neurotransmisores responsables de todas las sensaciones que tenemos desde el momento en el que sentimos atracción por otra persona.

Hablemos primero de las feromonas, que juegan un papel muy importante en los primeros estadios de la atracción. Si comprendemos que la palabra «feromona» viene del griego «llevar a la excitación» nos es más fácil comprender que esta hormona provoca el deseo sexual de forma inconsciente. Las mujeres somos más sensibles a percibir las feromonas que los hombres, y esto se lleva a cabo a través del olfato.

Es decir las mujeres normalmente nos sentimos atraídas por hombres que tienen sistemas inmunes distintos a los nuestros. Recordemos que en la diversidad está la supervivencia.

Por lo tanto, si conoces a un hombre y de repente te sientes irremediablemente atraída hacia él, la razón es simple. El hombre emite feromonas y tu pituitaria decodifica lo que esas feromonas te dicen.

Esas feromonas te dicen: «Los genes de este hombre le van pasar a tu hijo un sistema inmune diferente al tuyo, y por eso tu hijo nacerá con un sistema inmune reforzado, y será más resistente a las enfermedades. Procrea con él».

Sin embargo tú entiendes «estoy enamorada».

Chica, no acabas de captar el lenguaje de las feromonas.

Continuando con este mismo punto, os presento a los estrógenos. Los estrógenos son las hormonas sexuales, producidas por los ovarios y otras glándulas, además de por la placenta durante el embarazo. Cuando las mujeres estamos ovulando, es decir, cuando estamos en los días más fértiles, la producción de estrógeno aumenta. Y emitimos más feromonas.

Así que si ese hombre te conoce cuando estás ovulando tus feromonas emiten un mensaje. El mensaje es: «Hola, estoy

ovulando, es mi día fértil y, además, mis genes le van pasar a tu hijo un sistema inmune diferente al tuyo, y por eso tu hijo nacerá con un sistema inmune reforzado, y será más resistente a las enfermedades. Procrea conmigo».

La pituitaria de ese hombre decodifica lo que esas feromonas le dicen.

Pero el hombre entiende «estoy cachondo».

Porque no, él tampoco está muy puesto en el lenguaje de las feromonas.

Y es la programación cultural la que hace que tú entiendas «estoy enamorada» y él entienda «estoy cachondo».

Porque en libros, películas y series de televisión a las mujeres se nos enseña a confundir deseo con amor.

Aquí entra de nuevo la programación cultural.

Otro factor que influye en la selección de pareja es el concepto que tenemos de «nuestra pareja ideal». Concepto que construimos entre los cinco y los diez años de edad. Todos los rasgos físicos y de personalidad que encontramos atractivos en una persona son el resultado de experiencias de la infancia. Las personas significativas de esos años crean un impacto en nosotros que se codifica en el cerebro como ideal.

Nos sentimos atraídos por aquello que ya amamos, por personas que nos recuerdan a otras personas que cuidaron de nosotras en la infancia. A esto los psicólogos lo llaman el «mapa del amor». Este mapa es el que nos guía para sentir atracción por personas altas, morenas y atractivas o rubias y exuberantes, dependiendo del mapa de cada quien.

Pero una gran parte del mapa del amor tiene influencia cultural. Por ejemplo, a la mayoría de los hombres de Estados Unidos de América les podría gustar mucho una mujer rubia con pechos grandes, mientras que un hombre brasileño, mexicano o marroquí podría sentir mayor interés por una mujer morena de cadera ancha. Un africano siente atracción por las mujeres gordas y un francés por las mujeres delgadas. Es decir, responden a estereotipos culturales.

Un hombre afroamericano difícilmente se casará con una mujer blanca (aunque pueda desearla mucho), y una mujer blanca del sur de los Estados Unidos no querrá casarse con un hombre negro. En los dos casos, no les han educado para hacerlo. Si no os lo creéis,

basta con ver la película de Spike Lee *Jungle Fever*.

Sin embargo la otra parte del mapa del amor es biológica. Los hombres son más visuales que las mujeres. Nosotras utilizamos otro tipo de información además de lo que vemos para determinar si un hombre nos resulta atractivo o no.

Los hombres, por otro lado, construyen la parte biológica del mapa del amor con información visual.

Hay tres indicadores que se observan en jóvenes heterosexuales de cualquier nacionalidad. Uno de ellos es que les atraen mujeres cuya cintura mide cerca del 70 por ciento del tamaño de su cadera. Esto se considera un rasgo universal de atracción. Las mujeres que tienen estas medidas son más fértiles, porque tienen un mayor nivel de estrógeno en comparación con la testosterona. También se embarazan con mayor facilidad, tienen menos abortos naturales, menos enfermedades crónicas y menos desórdenes de la personalidad. Es decir, los hombres buscan en una mujer señales de salud y fertilidad.

Las mujeres también tenemos una programación biológica: nos atraen hombres altos y bien formados, a los que sin saberlo siquiera —programación genética obliga— percibimos como posibles padres de nuestros hijos, transmisores de unos genes saludables.

Pero no todo es la programación genética. A muchas mujeres lo que más nos atrae son símbolos de poder en un hombre, puesto que nos han enseñado a buscar a un hombre que pueda proveer a una familia. Por eso tantas mujeres se casan con un hombre de poder y dinero pero acaban siendo infieles con alguien que no es rico pero sí responde a los imperativos de su instinto.

Por último, algo más que influye en la selección de pareja, tanto en hombres como en mujeres, es la simetría física. Se ha comprobado que las personas con simetría física tienen mejor respuesta inmune. Las mujeres tienen más orgasmos y retienen mejor el esperma de parejas simétricas. Los hombres con mayor simetría física comienzan su vida sexual, en promedio, cuatro años antes, tienen más parejas y mayor número de relaciones extramaritales. Las manos, los pechos y las orejas de las mujeres son más simétricos en el momento que están ovulando.

La simetría física es un indicador de salud y de poca endogamia. En cruces endogámicos (entre personas emparentadas) la simetría

física se pierde. Por eso en grupos humanos con alto nivel de endogamia los rasgos no son simétricos. Esa es la razón por la cual los vascos tienden a tener orejas de soplillo y los judíos narices ganchudas. Ambas etnias, por razones diferentes, han sido históricamente proclives a la endogamia. Pero un individuo sano proviene de cruces no endogámicos. Cuando se cruzan individuos emparentados la tendencia a transmitir enfermedades vía genética es más alta.

Por eso los Borbones eran hemofílicos (se casaban dos primos, ambos con el gen portador de la enfermedad) y los perros de pedigrí, que suelen ser resultado de cruzar a canes que están emparentados, son más propensos a desarrollar enfermedades digestivas, respiratorias o displasias de cadera.

En conclusión, en la atracción física y selección de pareja influyen factores tanto biológicos, personales, como culturales. Desde pequeños, tanto hombres como mujeres, creamos nuestra propia imagen de la pareja perfecta, la cual se forma a partir de las personas significativas en nuestra infancia. Por otra parte, en general, los hombres se sienten atraídos por una mujer que refleje señales de fertilidad y salud, por lo que el físico es muy importante.

Están programados de forma biológica.

¿Y cuál es el problema de todo esto?

Pues que el no ser consciente de esta programación y mezclarla con mitos nos puede acarrear muchos problemas.

Por ejemplo:

El hombre que se siente atraído por una mujer de forma arrolladora, llevado por la química del amor, pasado un tiempo descubrirá que la programación cultural se impone. Él puede desearla, pero su familia y su cultura le han enseñado a elegir otro tipo de mujer. Y así vemos a tantos hombres que en casa tienen a un tipo de mujer que se parece a su madre (tranquila, sumisa, paciente y mujercita de su casa) y fuera del hogar tiene amantes de otro tipo (mujeres que le despiertan un deseo sexual que su legítima no le despierta).

O el caso de la mujer que se casa con un hombre con muy buena posición económica, el hombre que su familia quiere para ella. Pero después, irremediablemente, se siente atraída por otro. Para ilustrar este último caso me gustaría hablar de otra película. *La novia*[4],

que es una adaptación de la obra de Lorca, *Bodas de sangre*.

Reproduzco una escena. En la película se copia de manera casi literal este diálogo de la obra. La novia, recién casada, habla con Leonardo, su amor de juventud.

> Novia: (a Leonardo) ¿Llevas intención?
>
> Leonardo: Ninguna. ¿Qué intención iba a tener? (Acercándose). Tú, que me conoces, sabes que no la llevo. Dímelo. ¿Quién he sido yo para ti? Abre y refresca tu recuerdo. Pero dos bueyes y una mala choza son casi nada. Esa es la espina.
>
> Novia: ¿A qué vienes?
>
> Leonardo: A ver tu casamiento.
>
> Novia: ¡También yo vi el tuyo!
>
> Leonardo: Amarrado por ti, hecho con tus dos manos. A mí me pueden matar, pero no me pueden escupir. Y la plata, que brilla tanto, escupe algunas veces

La obra está inspirada en un hecho real acontecido en 1928, en el que una novia cuyo matrimonio había sido concertado, por imposición de la familia, con el hermano de su cuñado, se fugó con su primo.

Lo que este diálogo cuenta es que en su día la novia no se pudo casar con Leonardo porque este era pobre, solo poseía dos bueyes y una mala choza. Por lo tanto la propia novia «amarra» un matrimonio con Leonardo. Lo casa con su prima, en un acuerdo de conveniencia, y así queda ella libre para casarse con el hombre que quiere su padre para ella, un hombre que va a heredar tierras. Porque ellos habían sido novios o algo parecido de chicos y, si él no se casa con otra, ella lo tiene difícil para casarse. Ya que en aquella época una mujer no podía romper un compromiso, pero un hombre sí.

En esta escena queda claro que el matrimonio es de conveniencia:

> Padre: Buena cosecha de esparto.
>
> Novio: Buena de verdad.
>
> Padre: En mi tiempo, ni esparto daba esta tierra. Ha sido necesario castigarla y hasta llorarla, para que nos dé algo provechoso.

Madre: Pero ahora da. No te quejes. Yo no vengo a pedirte nada.

Padre: (Sonriendo). Tú eres más rica que yo. Las viñas valen un capital. Cada pámpano una moneda de plata. Lo que siento es que las tierras..., ¿entiendes?..., estén separadas. A mí me gusta todo junto. Una espina tengo en el corazón, y es la huertecilla esa metida entre mis tierras, que no me quieren vender por todo el oro del mundo.

Novio: Eso pasa siempre.

Padre: Si pudiéramos con veinte pares de bueyes traer tus viñas aquí y ponerlas en la ladera. ¡Qué alegría!...

Madre: ¿Para qué?

Padre: Lo mío es de ella y lo tuyo de él. Por eso. Para verlo todo junto, ¡que junto es una hermosura!

Novio: Y sería menos trabajo.

Madre: Cuando yo me muera, vendéis aquello y compráis aquí al lado.

Padre: Vender, ¡vender! ¡Bah!; comprar, hija, comprarlo todo. Si yo hubiera tenido hijos hubiera comprado todo este monte hasta la parte del arroyo. Porque no es buena tierra; pero con brazos se la hace buena, y como no pasa gente no te roban los frutos y puedes dormir tranquilo. (Pausa).

Madre: Tú sabes a lo que vengo.

Padre: Sí.

Madre: ¿Y qué?

Padre: Me parece bien. Ellos lo han hablado.

Madre: Mi hijo tiene y puede.

Padre: Mi hija también.

Madre: Mi hijo es hermoso. No ha conocido mujer. La honra más limpia que una sábana puesta al sol.

Padre: Qué te digo de la mía. Hace las migas a las tres, cuando el lucero. No habla nunca; suave como la lana, borda toda clase de bordados y puede cortar una maroma con los dientes.

Madre: Dios bendiga su casa.

Padre: Que Dios la bendiga.

La novia se casa por conveniencia, pero cree que ama. Ella se siente atraída por su marido, el buen chico que su padre aprueba. Esa es su programación cultural. Pero no se puede oponer a su programación genética: desea a Leonardo. Se fía de lo que le dice su pituitaria.

El dilema está expresado así:

Novia: ¡Porque yo me fui con el otro, me fui! (Con angustia). Tú también te hubieras ido. Yo era una mujer quemada, llena de llagas por dentro y

> por fuera, y tu hijo era un poquito de agua de la que yo esperaba hijos, tierra, salud; pero el otro era un río oscuro, lleno de ramas, que acercaba a mí el rumor de sus juncos y su cantar entre dientes. Y yo corría con tu hijo que era como un niñito de agua, frío, y el otro me mandaba cientos de pájaros que me impedían el andar y que dejaban escarcha sobre mis heridas de pobre mujer marchita, de muchacha acariciada por el fuego. Yo no quería, ¡óyelo bien!; yo no quería, ¡óyelo bien! Yo no quería. ¡Tu hijo era mi fin y yo no lo he engañado, pero el brazo del otro me arrastró como un golpe de mar, como la cabezada de un mulo, y me hubiera arrastrado siempre, siempre, siempre, siempre, aunque hubiera sido vieja y todos los hijos de tu hijo me hubiesen agarrado de los cabellos!

Es decir: la novia expresa claramente su dilema. Del primero espera hijos, tierra y salud. O sea, estabilidad familiar, dinero. Pero el otro le atrae como un río oscuro, porque se siente atraída sexualmente.

Otra película maravillosa, *Mustang*[5] (que recomiendo encarecidamente, pues es de las películas más bonitas que he visto) nos explica cómo a día de hoy, en 2016, esos matrimonios concertados existen y se aceptan.

Cinco hermanas que viven con su abuela y su tío tras la muerte, años atrás, de sus padres juegan en el mar con unos chicos el día en que comienzan las vacaciones de verano. La cámara nos muestra a unas chicas que están disfrutando de su adolescencia, entre risas y chapoteos. Aún niñas, ya casi con cuerpos de mujer. Al llegar a casa la abuela considera que su comportamiento ha sido indecente, por lo que ella y su hijo las recluyen en la casa. Será la última vez que disfruten de su infancia. Y así comienza una historia que nos recuerda a *Las vírgenes suicidas* o a *La casa de Bernarda Alba*, pero en turco. Las tres obras parten del mismo planteamiento. Un escenario cerrado de connotaciones claustrofóbicas. Un grupo de mujeres encerradas en una casa.

La historia está narrada desde el punto de vista de la pequeña, que verá como sus hermanas van saliendo de la casa, casadas en arreglos de conveniencia acordados al margen de ellas. Cada una de esas cinco hermanas representa un modo de ver el mundo, una forma de sentir y de actuar. Tres de las niñas se rebelan contra lo que les imponen, pero una acepta lo que le viene dado. Ella entiende que se debe casar, y por lo tanto se casa.

Nosotros creemos que en la España del siglo XXI nadie se casa

por un acuerdo de conveniencia. Pero no es así. Yo he conocido muy de cerca casos en los que un hombre o una mujer rechazaron a la persona que amaban porque sabían que su familia no iba a aceptar ese matrimonio, y acabaron casándose por conveniencia. Por supuesto, esto sucede en clases muy altas. Pero a veces no.

Imaginemos que Juani, del barrio de Orcasitas/La Mina/San Francisco/La Macarena... (piense usted en el barrio más desfavorecido de su ciudad) conoce a Borja, un chico de posibles, del barrio de Salamanca/ Pedralbes/Anbado/Nervión (piense usted en el barrio más pijo de su ciudad). ¿Tiene usted el escenario?

Amor y deseo son dos cosas diferentes; que no todo lo que se ama se desea, ni todo lo que se desea se ama, escribió Cervantes. Nuestro deseo desprecia y abandona lo que nos conviene para correr detrás de lo que nos enciende. Por eso todos vivimos muchas veces ese conflicto entre lo que nos conviene y lo que nos atrae. El problema es que amar sin deseo es como comer sin hambre.

Ahora les cuento una historia real: una Juani que trabaja como stripper en la sex shop que hay debajo de mi casa, y de la que me hice amiga a base de vernos todos los días cuando ella entraba a su trabajo y yo salía del portal. Primero te saludas, al cabo de un año hablas: que qué bonito es tu perro, que si hace frío hoy. Además de su trabajo fijo en la sex shop, una agencia la contrataba de vez en cuando para que fuera a despedidas de soltero y saliera de una tarta. La chica es preciosa. No tiene un graduado escolar, no habla idiomas, su vocabulario es muy pobre, pero es lista y simpática. En una despedida de soltero conoce al Borja de turno: un chico con mucho dinero, de buenísima familia, pero bajito, con sobrepeso y acné. Imagine usted que Juani no está muy enamorada de Borja, pero Borja de ella sí. Y Borja la viene a buscar en su TT flamante y le hace unos regalos de escándalo. Flores, joyas, viajes caros.

Usted ya sabe de sobra lo que va a pasar. Tanto la familia de Juani como sus amigas le van a insistir en que trate de «amarrar» a Borja como pueda. Le van a decir: «Mujer, no es tan feo. Un poquito gordo, vale, pero el hombre y el oso, cuanto más feo más hermoso. Y lo de las picaduras en la cara lo arreglas diciéndole que se deje la barba. Tú fíjate en lo que te quiere». Porque las amigas y la familia creen que regalos caros equivalen a amor, cuando en realidad solo equivalen a dinero.

Y también sabe que la familia de Borja va a hacer todo lo posible por que no siga viendo a Juani, y que va a decirle todo tipo de cosas: «Ella está contigo solo por tu dinero» (es probable, pero él está con ella solo por su belleza), «Esa chica no te conviene» (le conviene tanto o tan poco como podría convenirle otra), etcétera.

Y usted sabe también que hay dos finales posibles.

A. Que Borja se case con Juani y que Juani acabe liada con cualquier otro mucho más guapo que Borja.

B. Que Borja se acabe casando con la chica que su familia considere pero que se pase la vida echando de menos a Juani e idealizando su amor, y que al final Borja acabe en clubs de mala nota pagando por pasar ratos con chicas muy parecidas a Juani.

Borja y muchos otros Borjas suelen sufrir, de paso, el «Complejo de la Madonna/puta».

Todos hemos conocido alguna vez a ese macho muy macho que tiene una novia o esposa a la que le es sistemáticamente infiel pero a la que asegura adorar. O a ese señor al que le encanta repetir eso de «todas las mujeres son iguales, excepto mi madre y mi mujer, claro». Por no hablar del que se va a clubs de swingers pero no con su pareja, no, sino con una profesional que contrata para la ocasión. Y las prostitutas están hartas de recibir clientes que quieren que ellas les hagan lo que su mujer no va a hacerles, más que nada porque él nunca ha tenido valor para pedírselo a la legítima.

Pues sí, este dilema tiene raíces muy antiguas: se constata muy frecuentemente en nuestro folclore lo que Freud en 1910 llamó el «Complejo de Madonna-prostituta», en el que se desdobla la figura femenina en una completamente «mala» y otra completamente «buena».

Y lo decía el romance de ciego:

«Huid, huid las mujeres / Que son dañosas culebras / Temamos todos a Dios / Y a la Virgen, Madre nuestra...».

Al parecer, el autor no repara en que la Virgen es también una mujer.

El complejo de la Madonna/puta

El «complejo de la Madonna/puta» es un complejo que se crea en la

psique de los varones a partir de su intrahistoria y su extrahistoria.

O sea, de lo que viven en casa y de lo que les enseña la sociedad, frente al imperativo de lo que les dictan sus hormonas.

Atrapado entre la dicotomía de la chica virginal («Madonna») y la «prostituta».

Este dilema de muchos hombres se ha convertido en uno de los clichés más frecuentes en la ficción.

El hombre se ve obligado a elegir entre chicas virginales y mojigatas, y mujeres sensuales y sexualmente entusiastas. Seguramente algunos pensarán que exagero, que eso ya no es así y que las chicas ya pueden hacer lo que deseen sin que nadie las juzgue y los chicos pueden elegir a quien deseen (nunca mejor escrito lo de «desear»). Pero no es así: las indicaciones sociales, siempre sutiles e invisibles, pero muy perceptibles, están ahí.

Las mujeres se encuentran con un dilema muy grande: si te pasas de santa eres una mojigata aburrida e invisible a ojos de la sociedad. Y si te vas al otro extremo, te pondrán de puta para arriba.

Y así, si no quieren caer al precipicio social, las chicas se ven obligadas a andar haciendo equilibrios por una fina cuerda sobre el abismo. ¿Con cuántos chicos es aceptable haberse acostado antes de casarte con el «definitivo»? ¿A partir de qué punto el escote deja de ser elegante y empieza a ser de putón? ¿Cuánto maquillaje es demasiado maquillaje? ¿Cuándo es demasiado corta la falda?

Yo recuerdo que cuando era joven las amigas de mi pandilla tenían una cifra mágica. Si un hombre les preguntaba cuántos había habido antes, la respuesta siempre era «tú eres el tercero». Decir «el segundo» era peligroso porque se compararían siempre con el anterior. Y decir «el primero» no iba a colar.

Mis amigas eran bastante abiertas y en Madrid residían entonces dos millones de personas. Si una sabía moverse por los ambientes adecuados, no había peligro de que el susodicho supiese con quién habías estado antes. Nosotras vivíamos en las afueras de la ciudad, y solíamos movernos por el centro. Teníamos mucho ojo en no ligar nunca con chicos de la misma pandilla o que pudieran conocerse entre sí. En Bermeo sucedía lo mismo. Se ligaba en fiestas de Bilbao para que los del pueblo no pudieran tener constancia de lo que una hacía.

Hace ya un buen puñado de años, una cantante con un solo éxito (*one hit wonder*, en inglés), llamada Meredith Brooks, daba con el quid de la cuestión de toda esta historia: la realidad es que somos un conjunto de cosas a menudo opuestas entre sí, y se puede ser muchas cosas a la vez. *«I'm a bitch, I'm a lover / I'm a child, I'm a mother / I'm a sinner, I'm a saint / I do not feel ashamed»*[6]. Pero muchos hombres no lo saben, y se quedan atrapados entre la Madonna que tienen en casa y la puta a la que buscan fuera.

Antonio Machín lo dejaba muy claro en su famosísimo bolero «Corazón Loco»:

«Aquí va mi explicación, pues me llaman sin razón corazón loco. Una es el amor sagrado compañera de mi vida. Esposa y madre a la vez, y otra es el amor prohibido, complemento de mis ansias y a quien no renunciaré».

La idealización es la supervaloración afectiva inconsciente de personas y situaciones. Es decir, uno sobrevalora a una persona. El que sufre el complejo de Madonna /puta normalmente idealiza a la que entiende como santa, que nunca va a poder ser tan santa como él cree. La idealización sirve para mantener a distancia a las personas: la santa es tan santa que el hombre en realidad ni la toca, y la puta lo es tanto como para que no la integre en su vida (disociación Madonna-prostituta).

Pero tarde o temprano, casi siempre, la figura se desploma y con ella las vanas ilusiones neuróticas. Los ídolos tienen pies de barro y se derrumban sobre quienes los han erigido. Más de uno y más de dos se han enterado de que la santa no era tan santa cuando ella les ha dejado por otro y de paso se ha llevado la casa, los niños, una pensión compensatoria y la mitad de lo que había en las cuentas.

Ismael (que aparecerá de nuevo más tarde explicando su vida como «putón soltero») me aclara:

«Completamente de acuerdo, pero yo también añadiría la versión Madonna-putón-maricón, en hombres pero que "muy hombres", y "muy casados" pero que "muy casados", que buscan placeres ocultos con hombres. Bueno..., ocultos para ellos porque yo no sé dónde está lo oculto. Y nos buscan para que nosotros hagamos cosas que una mujer no le puede hacer. Pero, claro, luego te los encuentras por la calle con su mujer y, vamos..., ni te saludan».

Ashley Madison o por qué no existe el complejo de Madonno/chapero

¿Se da el caso contrario? Es decir, ¿existe el complejo Madonno/chapero?

No de manera tan generalizada.

Todos conocemos a una mujer casada con un hombre fiel y bueno que le pone los cuernos con un canalla. Pero está comprobado que las mujeres cuando tienen un amante de larga duración tienen más tendencia a dejar al marido, y que las mujeres casadas no suelen tener numerosos amantes, al contrario que los hombres casados, que sí las tienen. Esto te lo puede confirmar cualquier psicoterapeuta o abogado especializado en matrimonial. Por eso el negocio de la prostitución femenina para hombres es enorme, mientras que el de la prostitución masculina para mujeres es prácticamente inexistente.

Esta diferencia saltó a la luz con el hackeo de la web Ashley Madison. Casi todos sus clientes eran hombres. Apenas había mujeres y, cuando las había, eran profesionales.

Se supone que la web Ashley Madison pone en contacto a hombres y mujeres que están casados y quieren ser infieles.

Supongamos que tú eres un hombre casado que quiere tener una aventura y quieres conocer a una mujer casada que quiere tener una aventura.

Te apuntas a la web. Y pagas, por supuesto.

Y te llegan correos, muchos correos, mogollón de correos. Pero no tienes ninguna aventura. No aparece esa mujer desesperada por conocer hombres. Te llegarán muchos correos de chicas muy guapas y más que dispuestas a tener una relación contigo.

Eso sí... Siempre y cuando les pagues por ello.

Es ahí cuando decides que quieres que borren tu perfil.

Te cobran diecinueve euros por la broma.

Sí, señores, los usuarios que quieren abandonar esta página tienen que pagar diecinueve euros ya que la página sigue en posesión de sus datos personales y fotografías. Por supuesto, muchos de ellos pagan. No sea que de alguna manera antes o después su foto en bolas y el recuento de cuáles son sus fantasías amorosas acabe llegando a su señora, que Internet lo carga el

diablo.

Porque el infiel que se ha inscrito en la página no ha tenido a bien leerse de cabo a rabo los términos y condiciones generales. En ellos aceptas lo referido al borrado de tus datos previo pago. Y te dejan muy claro que si no pagas se quedan cuatro años con tus datos. Pero por supuesto la lujuria ciega y, llevado por el furor hormonal, el infiel tipo no se lee tan interesantes advertencias.

Pero es que además, y como pasa en tantas webs de este tipo, si cometiste el error de pagar con tarjeta de crédito, vas a descubrir que la suscripción se renueva aunque tú no lo desees, y que conseguir que no se renueve es tan difícil como conseguir darte de baja en una compañía telefónica. Me sé de más de un caso de incauto gañán que tuvo que anular la tarjeta de crédito para que le dejaran de cobrar la suscripción a Ashley Madison.

El hacker o los hackers que han atacado la web de Ashley Madison parecían estar un poco cabreados con este sistema. Probablemente existen treinta y siete millones de incautos que han abierto un perfil. No todos han pagado por ello. Primero abres el perfil, luego te piden dinero si quieres poder mensajearte con mujeres. Muchos hombres abren un perfil, pero no pagan. Por lo tanto no estamos hablando de treinta y siete millones de usuarios, sino de treinta y siete millones de perfiles. Y no se sabe cuántos de ellos son falsos o no.

Puede que unos cuantos millones de hombres hayan contratado los servicios de una profesional vía Ashley Madison. Y sí, damos por hecho que son infieles. Pero no hay tantos perfiles femeninos. La mujer que quiere ser infiel a su marido no suele buscar un amante en una web de contactos. Lo encuentra en el trabajo, en la calle, en Facebook..., pero en general no se lía con un total desconocido.

En fin, así es la historia. Conservar la ingenuidad es una señal de fortaleza, pero conservarla hasta el extremo de abrirse un perfil en Ashley Madison lo es de total estupidez. Sí, cierto, la santa ingenuidad del instinto es la única verdad, la única certidumbre que el hombre puede tener a su alcance en esta ilusoria vida, en la que las tres cuartas partes de nuestros males nos vienen de la razón. Pero existe una cuarta parte de nuestros males que la razón puede evitar.

La razón nos dice algo muy simple: las mujeres son tan

infieles como puedan serlo los hombres, sin la menor duda, pero las mujeres no hemos aprendido a separar amor y sexo.

Mientras que muchos hombres casados tienen una mujer en casa y luego van buscando amistades de una noche que les proporcionen sexo, sin la más mínima intención de romper la pareja, este comportamiento es raro en las mujeres.

Es una simple cuestión de socialización. De lo que la sociedad nos enseña a hacer, y aprueba como legítimo.

El mito del matrimonio o de «vivir juntos», frente a la verdad de que muchas parejas no necesitan convivir para ser pareja

Cuántas veces habremos escuchado esa frase de que «la convivencia mata el amor». Mi experiencia ratifica que el mito es cierto. Sobre todo para las mujeres. Muchas mujeres y hombres españoles hemos sido criados en hogares machistas en los que las mujeres barríamos, hacíamos las camas, poníamos lavadoras, cocinábamos... y los hombres no hacían absolutamente nada. Al crecer, muchas de nosotras nos hemos ido a vivir con señores que esperaban, por lo tanto, que nosotras barriéramos, hiciéramos las camas, pusiéramos lavadoras, o cocinásemos, porque ellos no sabían hacerlo.

Algunas han optado por contratar una asistenta. Pero otras no pueden pagarla. Y se desesperan cuando ven que tienen que hacer doble jornada de trabajo. Primero en la oficina, luego en casa. Que el peso de todas las responsabilidades de la casa (hijos incluidos) recaiga en una sola persona (en la amplia mayoría de los casos, las mujeres) suele ser un punto de fricción enorme, en especial cuando ambos trabajan fuera del hogar. En realidad el compañerismo es la base más sólida para que una pareja funcione sobre ruedas. Y los compañeros comparten deberes y responsabilidades.

En generaciones más jóvenes el problema es que ni él ni ella saben hacer nada. Han crecido en hogares en los que mamá o la asistenta lo hacían todo, y cuando salen de casa ni siquiera conocen el programa de la lavadora. Entonces se empiezan a reprochar el uno al otro el desastre doméstico, porque echan de menos la comodidad del hogar de los padres. Hombres y mujeres felices, que durante años llevaron adelante noviazgos muy apasionados, un

buen día deciden irse a vivir juntos y entonces, como por arte de magia, pierden mutuo interés.

Psicólogos y sexólogos concuerdan: la convivencia es un desafío a superar que solo se resuelve con amor, tiempo y paciencia. Lo cotidiano, que asesina a lo inesperado, y el estrés derivado de pensar que cada día te espera la misma rutina destrozan todos los mitos y fantasías del enamoramiento.

Nadie puede idealizar a la persona con la que comparte cuarto de baño.

Lo cierto es que, de pronto un día, dos personas que hasta ese momento solo se veían cuando tenían ganas, pasan a compartir todo: tiempo, espacio, intimidad, costumbres... y se asustan.

De repente, cosas que hasta entonces se hacían en privado ya no se pueden ocultar. Por ejemplo, eructar, tirarse un pedo, masturbarse. Es lo primero que nos viene a la cabeza. Pero hay otros puntos de ajuste menos obvios. En mi caso, por ejemplo, yo soy una persona a la que le cuesta mucho dormir. Me muevo mucho en la cama, y me molesta compartirla con alguien. Tampoco soporto que la gente ronque. Y no quiero repartir el espacio de mi cuarto, que está lleno de libros hasta las paredes.

En otros casos, hay quien se da de bruces con la realidad, sobre todo en casos de parejas muy convencionales.

Cuando no vivían juntos, él siempre vio a su novia maquillada, peinada, perfumada y encaramada sobre unos tacones, y de pronto la tiene que conocer tal y como es, sin afeites ni trampantojos. Y a ella le pasa algo parecido. Cuando eran solo novios ella no sabía que cada noche él se quedaba enganchado a la PlayStation hasta la una de la mañana pues cuando pasaban la noche juntos siempre hacían el amor.

Desde que viven juntos, la frecuencia de sus relaciones sexuales cae como las acciones de Volkswagen tras el escándalo ambiental.

Cuando los neurotransmisores dejan de hacer su trabajo y se pasa la pasión, hay que tener claro que el conflicto y las peleas son normales, que son una consecuencia normal de la convivencia.

Pero vivimos en una sociedad que no tolera la frustración ni valora el sacrificio. Muchas veces la pareja no funciona o bien porque los dos miembros tienen un nivel de frustración mínimo y a la primera discusión deciden romper o porque ninguno de los dos

quiere ceder.

La concepción social del matrimonio ha cambiado enormemente a lo largo de la historia. Hasta el romanticismo, especialmente con la revolución industrial, el matrimonio no tenía nada que ver con el amor. En las clases altas se concebía una especie de sociedad para incrementar o mantener el patrimonio. Y en las más bajas, el hombre se aseguraba una «buena mujer» que cuidara de su hogar y le diera hijos. No necesariamente debía amarla, ni ella a él. Pero a partir de la llegada del amor romántico hemos pasado a creer que un matrimonio debe basarse en una mezcla de deseo, amistad, complicidad profunda y embobamiento, y a quedarnos con esa imagen de un tipo de literatura y de cine en el que el final llega cuando la pareja enamorada, tras de mil vicisitudes, se casa. Pero, ¿después qué?

El problema muchas veces está en que nos olvidamos de pensar analítica y racionalmente en algo tan importante como la pareja.

Por eso muchas parejas establecen un acuerdo de vivir separados, cada uno conservando su espacio, propiedad y criterio ante determinadas situaciones. Sustituyendo la agotadora convivencia por un regreso al principio de la relación, a esa pasión consumida tras la decisión de convivir.

Exigencias de convivencia cotidiana, como el cuidado y crianza de los hijos, las peleas constantes, los reproches mutuos, las semanas sin acercamientos sexuales ni tiempo para sí mismo(a), la falta de comunicación... van generando que las relaciones de pareja se vuelvan monótonas. Por eso los especialistas en terapia de pareja, al atender a personas con crisis matrimonial, escuchan las mismas frases repetidas una y otra vez: necesito mi espacio, me tiene cansada(o), ya no se comporta como cuando éramos novios.

En años recientes, muchas personas han elegido una opción alternativa para evitar, en la medida de lo posible, las crisis ocasionadas por vivir bajo el mismo techo. Se trata de una tendencia reciente conocida como «Viviendo juntos pero separados» o *Living Apart Together* (LAT). Consiste en mantener una relación monógama, seria y estable —con todo lo que conlleva—, pero sin compartir domicilio. Es una manera de evitar la rutina y mantener cierta individualidad e independencia que en muchas ocasiones no se da (o no se sabe cómo alcanzar) en la convivencia diaria.

El LAT también aporta una menor dependencia hacia la otra persona, y así se crean nuevas parejas que no se dejan definir por el pensamiento de «estar juntos toda la vida» o «solo contigo me siento bien y realizada». De este modo, los amantes del siglo XXI nos sentimos más independientes, menos dependientes pero conservando el deseo por el otro.

Esto no significa renunciar a la fidelidad necesariamente: a veces sí, y a veces no; se trata de un pacto en el que la pareja decide lo que quiere. Por otra parte, como veremos más adelante, muchas parejas que viven juntas se son infieles. Muchas personas que viven separadas se aman profundamente y mantienen relaciones estables basadas en la confianza y la sinceridad. Comparten intereses comunes, vacaciones, actividades, vida familiar y a veces hijos, pero mantienen su vida personal, eligen no estar con su compañero(a) cuando no lo desean y separan gastos.

A escala mundial esta tendencia va en aumento. En Reino Unido se calcula que 2,2 millones de personas viven bajo este esquema, en Estados Unidos son 1,7 millones, en Canadá alcanza al 8 por ciento de la población adulta.

Las personas que viven en pareja pero en domicilios separados desean contar con un espacio propio, donde puedan vivir según sus propias reglas y recluirse las veces que quieran. Disfrutan de encontrarse con sus parejas, y compartir la cama las veces que tengan ganas. Suelen pensar que la rutina y el trato diario obligado desgastan la relación, y por eso deciden vivir separados. Valoran los deseos personales, la independencia, la sensación de libertad, la idea de elegir los momentos de encuentro con la pareja. Creen que el hecho de tener un espacio propio fomenta el autoconocimiento y el crecimiento personal.

Ahora muchas personas eligen concentrarse en sus necesidades individuales. Se nos dice a menudo que la convivencia requiere esfuerzo y sacrificio, lo cual es cierto. Por eso muchos no quieren pasar por ese esfuerzo y sacrificio. Hay quien lo llama egoísmo, pero otros lo llaman sensatez.

Hasta hace unos años este tipo de parejas estaban constituidas por personas que venían de un fracaso matrimonial y estaban escaldadas por el drama de la separación. En muchos casos, se elegía esta opción cuando un miembro de la pareja, o los dos,

tenían hijos de anteriores matrimonios que no aceptaban a la nueva pareja de su padre o su madre. Pero a día de hoy hasta las parejas primerizas tienden a formar vínculos de no convivencia, porque entienden que es la única manera de seguir manteniendo su identidad personal, sin necesidad de defenderla cada día a capa y espada.

El mito de la pasión eterna frente a la verdad de la caducidad de la pasión

Tener relaciones sexuales durante toda la vida (el amor eterno) con una misma única persona no siempre, o casi nunca, es tan satisfactorio como dicen las películas.

En primer lugar, porque las personas evolucionamos sexualmente a través de los años, y por mucho que ames a tu pareja no siempre evolucionas en la misma dirección.

En segundo lugar, porque una sola persona difícilmente puede cubrir todas las fantasías sexuales. Y si lo intenta corre el riesgo de convertirse, o convertir al otro, en uno/a esclavo/a sexual.

Y en tercero, porque hay algo que una pareja de largo recorrido, por pura definición, no puede ofrecer: la novedad. Y la novedad, en términos sexuales, puede ser muy atractiva.

En el año 2007 Gabriele Pauli, del partido ultraconservador alemán Unión Socialcristiana de Baviera (CSU), propuso la idea de instituir contratos matrimoniales de siete años (renovables si las dos partes estaban de acuerdo). Y así se abrió en Austria el debate sobre la posible fecha de caducidad del amor. Diversos organismos, desde su propio partido a defensores a ultranza del amor romántico, estaban en contra de la medida. La propia Gabriele Pauli (dos veces divorciada) afirmaba que lo que le gustaría es encontrar el amor para toda la vida, pero que, si no, su propuesta le parece sensata.

En cualquier caso, se suele decir que la primera crisis matrimonial seria sobreviene a los siete años. No por casualidad la película de Billy Wilder que en España se tradujo como *La tentación vive arriba* tenía como título original *The Seven Years Itch* (La urticaria del séptimo año).

No son siete exactamente. En realidad, los expertos hablan de un

tiempo comprendido entre los cuatro y los siete años. La explicación a esa revolución es tanto antropológica como biológica.

Las teorías antropológicas afirman que nuestros antepasados formaban una pareja porque la cría humana tarda mucho tiempo en ser independiente y necesitaba en sus primeros años de vida a dos adultos para hacerse cargo de sus necesidades: uno que la cuidara y otro que buscara alimento. Cuando la criatura llegaba a los tres años ya no era necesario que hubiera dos personas ocupándose, así que, a no ser que se tuviera otro hijo, no hacía falta que la pareja siguiera junta. La cría de tres años ya puede andar, y su madre no tiene que cargar con ella a todas horas.

Es decir, la programación se inicia cuando la pareja empieza a copular. Entonces hay un desbordamiento de hormonas que provocan el enamoramiento. Esas hormonas se siguen desbordando durante cuatro años más o menos.

Porque la Madre Naturaleza no calcula que vas a tomar la píldora o a ponerte un Diu. La Madre Naturaleza espera que pronto te quedes embarazada, y os programa a los dos para que estéis juntos durante la crianza del niño. La Madre Naturaleza, por cierto, no calcula que vayas a destetar al niño antes de los tres años, tal y como se hace actualmente. Piensa que tal y como hacían tus antepasadas, lo criarás de tus pechos durante tres años, y por lo tanto no te volverás a quedar embarazada, porque la lactancia inhibe la ovulación. Después, ya tendrás otro hijo de otro varón diferente, o eso cree la Madre Naturaleza.

La Madre Naturaleza no cree en la fidelidad a largo plazo.

Y dentro de ese periodo de tiempo la Madre Naturaleza estableció una serie de fases: la lujuria, la atracción y la unión, que definirían las etapas de amor.

La primera, la lujuria, o sea, el deseo sexual, sería producto de la testosterona.

La segunda, el enamoramiento, tendría que ver con los niveles bajos de serotonina y con la dopamina, el neurotransmisor que se relaciona con la sensación de bienestar. De hecho si a una rata le inyectas dopamina, se «enamora» inmediatamente de la rata de sexo opuesto que tenga delante.

Y en la tercera fase, la de unión estable, entrarían en juego la oxitocina, esencial también a la hora de establecer el vínculo entre

la madre y el recién nacido, y la vasopresina.

La atracción sexual no es eterna, y en muchos casos ni siquiera el amor de pareja lo es.

Una pareja que ha pasado por todas las fases (lujuria, atracción y amor) durante cuatro años y que finalmente ve cómo su vínculo sexual muere puede tener muchas cosas en común. Una casa, unos hijos, un proyecto de vida, una historia compartida. Pero en otras ocasiones todo eso no sirve para unirlos. Cada uno va evolucionando hacia intereses diferentes. Ella cada vez es más casera; él se apunta a un club de senderismo y quiere pasar los fines de semana triscando de risco en risco cual cabra montesa. O él es el casero y ella la que se apunta a retiros espirituales en la sierra. O a él le interesa cada vez más ir al teatro y ella no lo soporta. Y al final comparten una casa y poco más.

Uno de mis mejores amigos, con el que cofundé un cine club, mantiene una relación así. Conoció a su mujer cuando ambos tenían catorce años. Llevan casados desde los veinticinco. Pero ya hace años que llevan vidas separadas. De hecho, yo nunca he conocido a la mujer de Pol hasta el punto de que he llegado a creer en alguna ocasión que ella no existía. Pero Pol lo explica muy claramente:

«Ella es muy casera y tiene poco interés por la cultura. O al menos, no tanto como yo.

Se duerme en el teatro y en los conciertos de música clásica, y las películas las ve en casa. A ella le apasiona la jardinería, que a mí me aburre soberanamente. Cuando éramos jóvenes, teníamos cosas en común. Estábamos en la misma pandilla, salíamos a los mismos sitios. Cuando llegaron los niños la crianza de nuestros hijos nos mantuvo unidos. Ahora en realidad casi no nos vemos. Pero los dos estamos bien así. Yo me he acostado con otras mujeres, lo reconozco, pero nunca me he enamorado de otra. En cuanto a ella, no sé si ha estado con otros y nunca se lo he preguntado. A su edad, la verdad es que me extrañaría que me dejara por otro, eso nunca me lo he planteado. Es como si me dijeras que mi madre va a dejar de ser mi madre o mi hermano mi hermano, pues lo mismo. Nosotros somos familia, ya estamos unidos para siempre, como si tuviéramos la misma sangre. Ya sé que la gente no entiende lo mucho que nos queremos, pero nos queremos. Aunque ya no haya sexo entre nosotros, hemos pasado treinta años juntos y nos entendemos muy bien. Yo no me puedo imaginar viviendo con otra persona. En cuanto a lo de la pasión, por supuesto que entre nosotros no hay pasión, pero eso no quiere decir que no haya amor».

Ligando por móvil: Tinder, Grindr, Wapa... Una radiografía de los problemas de las parejas modernas

En la asignatura de opinión pública nos enseñaban que las encuestas no son del todo fiables porque la opinión del encuestado depende mucho del contexto. El encuestado puede mentir si cree que su respuesta no va a ser anónima. Además, conseguir una muestra representativa es difícil. Hacen falta al menos mil encuestas. Por eso se me ocurrió la idea de contactar con hombres y mujeres vía apps de móvil. La gente que se abre un perfil en una app para ligar suele ser anónima, y es fácil hablar con mil personas en menos de un mes. Así que, esforzada y aguerrida, me abrí varios perfiles y usé los de mis amigos.

Mi investigación se centró en las tres apps de móvil más utilizadas en España: Tinder, para heteros (aunque también lo usan gays y lesbianas), Grindr, para gays; y Wapa, para lesbianas.

Los resultados me ayudaron mucho a entender por qué en los últimos años las relaciones sexo-afectivas en el mundo occidental se han hecho tan complicadas y caóticas, por qué tanta gente se ha desmarcado o se está desmarcando de las relaciones de pareja tradicionales. Y sobre todo me ayudaron, y espero que le ayuden a usted, a entender un poco lo diferentes que son los conceptos de la relación entre hombres y mujeres, y entre heteros, gays y lesbianas. Solo «ayudaron». No sé si aclararon algo definitivamente.

Porque queda claro que —oh, paradoja—, en el mundo de las relaciones, nada está claro.

Las relaciones sexuales y afectivas entre heterosexuales

¿Quién no tiene un amigo que en sus ratos libres descarta o acepta posibles candidatos con un *swipe?* Tinder se ha convertido en una de las aplicaciones para «ligar» (eufemismo de follar) más populares del mercado. Su número oficial de usuarios se desconoce pero se supone que al menos son cincuenta millones de usuarios activos. Según IAC (que es la compañía fundadora de Tinder y matriz de la app) cada semana se registran un millón de personas en todo el mundo.

Tan solo en un día, Tinder registra doce millones de *matches*.

El usuario promedio de Tinder se conecta once veces al día, que en total son alrededor de noventa minutos. Cada vez que los hombres se ponen a usar la app están 7,2 minutos; mientras que las mujeres lo hacen durante más rato: 8,5 minutos.

Las mujeres solo dan *like* al 14 por ciento de lo que ven; el 46 por ciento de los hombres aceptan lo que ven. Por eso Tinder ha creado un superlike. Como los hombres aceptan todo lo que ven, las mujeres no valoran haber recibido un *like.* Así que Tinder crea el superlike: los hombres solo pueden utilizar uno al día. Y si recibes un superlike ya te puedes considerar especial para esa persona. Bueno, no tú. Tu foto. Es tu foto la que le ha gustado. A ti no te conoce de nada.

Ya se ha lanzado la versión de pago, Tinder Plus.

Y, atención: Tinder cotiza en bolsa.

El grupo acumula ya una subida anual del 21 por ciento.

Tinder Plus ha funcionado mejor de lo que los directivos esperaban. En el primer mes habían llegado a las doscientas cincuenta mil suscripciones en todo el mundo, lo que supone un ingreso de tres millones de dólares. Además, la app está tratando de lograr beneficios a través de la inserción de publicidad que podría dejar unos ingresos de setenta millones de dólares en 2016.

Usuarios con pareja

Un estudio de The GlobalWebIndex reveló que el 42 por ciento de los usuarios de Tinder no están solteros. En otro estudio he visto que era un 47 por ciento. Yo calculo que en realidad hay más.

¿Que por qué lo sé? Simple. En cuanto tengo alguna duda les pido que me den algún dato para localizarles: perfil de Twitter, Instagram, Linkedin. «No uso redes sociales», me responden. Ya, pero te has sabido abrir una cuenta en Tinder, lo que exige una cuenta de Facebook. Y yo te creo... (Modo irónico *on)*. Así que les voy contando que en realidad tengo pareja, pero que me va muy mal, y que solo he entrado para ver lo que hay, que no estoy muy segura de querer quedar, que me da miedo lo que pueda pasar. La respuesta, siempre, es la misma: «No te preocupes, yo también tengo pareja».

Ah, claro. Que yo no le había dicho a usted que tengo perfil en Tinder. Lo tengo. Eso sí, no lleva mi foto. Pero alguna lista ha usado un perfil que sí lo lleva, con lo cual hay amigos que me dicen que han chateado conmigo por Tinder. No.

Queridos, si chateáis con mi foto, me toca citar a Mari Trini:

Sí..., no..., ¡ESA NO SOY YO!

Claro, esto nos lleva a otro tema: el de los perfiles falsos. Algún incauto me ha dicho que no los hay porque Tinder se conecta con tu perfil de Facebook. Anda que no es fácil hacerse un falso perfil de Facebook. Y sí, también he encontrado falsos perfiles de Facebook con mi nombre y foto.

Prostitución en Tinder

Symantec informa de que en los últimos meses Tinder ha visto un alza en el número de perfiles dedicados a ofrecer servicios sexuales o pornografía a los usuarios.

Los perfiles incluyen servicios como GFE, que en inglés es el acrónimo para Girlfriend Experience, algo así como «Vive la experiencia de tener una novia» (eufemismo de prostitución). Por esa bonita experiencia llegan a cobrar hasta cien dólares por hora. El perfil incluye varias direcciones web en las que el usuario puede ponerse en contacto para preguntar por los servicios.

A la que escribe le han ofrecido dinero no una sino varias veces. Siempre se lo ofrecían ejecutivos en viaje por Madrid o Barcelona.

¿Que cómo me ofrecían dinero? Me lo han preguntado muchas veces, seguro que os da morbo. Bueno, el tipo en cuestión me decía

que estaba en Madrid o Barcelona por viaje de negocios, charlábamos. Yo hablo inglés y francés tan bien como español. Teníamos una conversación de muchas risas y me preguntaban a qué sitios se podía ir en Madrid o Barcelona. Se lo decía. Entonces me decían que me querían invitar. Yo les explicaba que estaba chateando pero que en realidad no estaba interesada en quedar. Y ahí empezaban a ofrecer dinero. Y cuanto más distante me ponía yo, más ofrecían. Así de simple.

De casualidad, antes de ponerme a escribir este libro, conocí a una chica que se prostituye a través de Tinder. Aunque ella no diría que lo suyo es prostitución. Pero dejémosle hablar a ella:

«Todo empezó hace unos dos o tres años cuando todavía no había Tinder. Yo, como sabes, trabajo como modelo y actriz, pero mi trabajo apenas me da para vivir. Ahora mismo actúo cada fin de semana en una obra en Barcelona, de la que saco sesenta euros por noche. Es decir, cada mes cuatrocientos ochenta euros. Nada más. A veces me llaman para hacer una publi y puedo cobrar mil o mil quinientos euros. Hay meses en los que no trabajo en nada. Mi piso me cuesta quinientos euros. Y luego está la luz, el agua, la comida, la ropa... En fin, que, como comprenderás, no da para vivir.

Hace dos años, como te digo, llevaba tres meses sin pagar el alquiler y desesperada llamé a mi repre para decirle que me buscase algo, lo que fuera. Ella me dijo que me podía poner en contacto con un señor que estaba interesado en cenar conmigo, y que si había algún otro tipo de oferta, eso sería asunto mío. Yo entendía muy bien lo que me estaba proponiendo. No sabía si querría aceptar o no. Quedé a cenar con el señor. Era un hombre correcto, bien vestido. No era muy guapo pero tampoco era horroroso. Al final, acabamos en su hotel y me llevé trescientos euros, ya te digo. Me sentí fatal al día siguiente, pero necesitaba el dinero.

Cuando salió Tinder me di cuenta muy pronto de las posibilidades. Igual que me cuentas tú, enseguida me contactaban hombres proponiéndome dinero. En poco tiempo, aprendí a moverme por la aplicación. En preferencias de búsqueda he marcado hombres de más de cuarenta años. El resto más o menos, o sea, como que viene hecho. Yo suelo quedar a tomar un café con ellos y evalúo. No me voy con cualquiera. Tiene que haber un mínimo de atracción sexual. Quedo siempre en sitios públicos. Y si decido irme con ellos, exijo ir siempre en taxi y a un hotel, nunca me quedo completamente a solas en lugares desiertos, por si acaso. En una ciudad como Barcelona, me he acabado especializando en extranjeros que vienen aquí en viaje de negocios. La mayoría están casados y no buscan solo sexo. O sea, muchos quieren una acompañante. Alguien que les enseñe la ciudad, que les lleve a restaurantes, de copas. En algunos casos me han pagado solo por eso, no han buscado sexo

después. Y he conocido a gente muy interesante.

No me considero una prostituta, más bien una acompañante. O sea, yo elijo con quien me voy y nunca pido una cantidad por adelantado. Espero a que ellos me la ofrezcan, que me ofrezcan un regalo. No es algo que pretenda hacer toda la vida, pero de momento así me va bien. Puedo ganar entre mil y tres mil euros al mes. En verano me quedo siempre en Barcelona porque es el mes en el que más dinero hago.

En todo este tiempo no he tenido parejas tradicionales porque sé el problema con el que me voy a encontrar si les cuento la verdad, y tampoco quiero mentir. Por otra parte, el hecho de que casi todos los hombres con los que me relaciono sean casados me ha hecho convertirme en una escéptica. Yo ya no creo en la pareja tradicional.

No quiero seguir haciendo esto toda la vida. Como he visto que como modelo y actriz no voy a durar mucho, ahora estoy siguiendo un módulo de contabilidad y cursos de idiomas, que, por cierto, me vienen muy bien para lo del Tinder. Antes o después me buscaré un trabajo en una oficina, y dejaré esto. De momento no. O sea, ahora estoy bien así y me da para vivir bien y poder seguir haciendo teatro».

Esta chica dice que no se considera una prostituta. Y la verdad es que es difícil definir el límite entre lo que es prostitución y lo que no lo es. Una amiga mía, profesora de baile, comió gratis durante un mes gracias a Meetic. Ella es una mujer bellísima, así que su perfil ardía. Eligió como motor de búsqueda los ingresos: solo respondía a hombres que hubieran marcado que ganaban más de una cantidad al año y cuya profesión les supusiera solvencia. Les explicaba que solo podía quedar a comer porque al ser madre y soltera debía pasar tardes y noches con su hija. Esto era verdad. Muy pronto, Miriam se dio cuenta de que era fácil organizar una agenda y comer de lunes a viernes en un restaurante distinto con un hombre diferente.

«Solo lo hice durante un mes porque solo había pagado la cuota de Meetic para un mes. Además, al cabo de un mes había engordado tres kilos. ¿Que si encontré a alguien que me gustara? No, a ninguno. La mayoría mentían. Muchos estaban casados. Me daba cuenta enseguida porque no me querían dar el número de teléfono fijo o su nombre real. En otros casos, estaban divorciados o solteros, pero sencillamente no me gustaban. A partir de la tercera cita, creo, me di cuenta de que podía comer en restaurantes que yo nunca podría haberme pagado por mí misma. Y supongo que ellos encontraron a una chica joven y guapa que no les habría mirado dos veces si les hubiera conocido en una discoteca. Todos salimos ganando».

Esta utilización mercantilista de las apps de contactos o los *sites* de citas no es tan rara como se podría pensar. Muchas veces el perfil de una chica divina lleva al usuario a sitios o plataformas web de citas casuales o páginas de pornografía. Simple: tú entras en un bonito perfil con la foto de un bellezón que te redirige a una URL a través de la cual el usuario podría contactar con esta mujer tan preciosa. Eso sí, te cuesta unos sesenta dólares suscribirte como cliente premium para establecer contacto.

Pero... ¿funciona?

Al entrar en las redes sociales que sirven para ligar (eufemismo de follar), como Tinder, entras a otro mundo.

Uno donde sabes que todo es mentira, pero vives de la esperanza de que una mentira muchas veces repetida a veces se convierta en verdad.

El *New York Times* tildó a los usuarios de Tinder de «lazy singles»: solteros perezosos que habían perdido la esperanza de encontrar pareja y ya no estaban interesados siquiera en saludar, coquetear o intentarlo.

Pero lo cierto es que usar Tinder requiere una energía considerable. No es fácil chatear, exige una inversión de tiempo desmesurada, se convierte en un auténtico vampiro de tiempo. A mí, la verdad, el método bares me funciona mejor.

Cuando conocemos a alguien en un bar, salvo que seamos de ese tipo de personas que salen «de cacería», lo normal es que no nos sintamos ante un catálogo de posibles parejas y solo nos fijemos en alguien si realmente nos gusta. No ocurre lo mismo en Tinder, donde tenemos todo un muestrario de objetivos a los que elegir, algo que, aun pareciendo una ventaja, podría convertirse en un problema, ya que está demostrado que en muchos casos, cuando tenemos muchas opciones entre las que elegir, las decisiones son más perezosas y precipitadas. Para colmo, ese en el que nos fijamos también se está fijando en otras veinte, así que todo se complica al máximo.

Tinder es como un catálogo de una tienda en la que todo el mundo está disponible. Es el equivalente virtual de cientos de hombres de pie en un bar diciendo lo mucho que les gustas, pero que te abandonan en el momento en que entra la próxima chica

mona. La promesa de variedad ilimitada anima a la gente a perseguir la emoción de múltiples aventuras amorosas a corto plazo en lugar de trabajar en una relación a largo plazo.

Además, está claro que no es lo mismo elegir sobre una foto que sobre la realidad. En foto no puedes valorar la voz, la forma de moverse, de mirar, la química. Y es que, por lo general, tendemos a usar como fotos de perfil en redes sociales aquellas en las que mejor salimos, algo que podría confundir a alguien que nos valore únicamente por nuestro físico.Y además, en un bar, si a los cinco minutos no te gusta alguien, te vas a una esquina o adonde sea. Tinder exige que emplees al menos el tiempo en llegar hasta la cita y el tiempo en volver a tu casa, más la mínima media hora de cortesía que le debes a esa persona. Hora y media perdida, como poco.

Y para colmo a menudo mi bandeja de entrada se llena de imágenes no solicitadas y no deseadas de penes de extraños.

Por no hablar de los que me han insultado cuando no he querido quedar con ellos. En Instagram hay un perfil muy interesante, Bye Felipe, que muestra capturas de pantallas de conversaciones reales vía Tinder. Me tranquilizó mucho leerlo. Pensaba que era la única que había topado con especímenes así, que había algo raro en mí. Pero no. Es más común de lo que parece... De hecho, el número de violaciones que implican a personas que usan redes sociales de citas como Tinder y Grindr se incrementó por siete en dos años en el Reino Unido, según la policía británica (ver anexo).

Antes de decidirme a escribir este libro mi idea era escribir un libro sobre relaciones establecidas a través de las redes sociales. Finalmente deseché la idea porque me pareció más interesante ampliar el campo de acción y hablar de cómo el paradigma de relaciones sociales y afectivas ha cambiado, y cómo va a seguir cambiando.

Pero mi experiencia en redes sociales y apps de Internet me ha dado material para analizar mucho.

Me abrí perfiles en tres *sites* (Meetic, Adoptauntio y Pof) y en una app, Tinder. En ellos usaba fotos mías pero en las que era casi imposible reconocerme. Llevaba gafas y peluca. En otras, la foto era muy borrosa. Hablé con unos doscientos hombres, una muestra de campo mucho más amplia que la que utilizan las empresas de

sondeos, así que creo que mis conclusiones son muy válidas. Finalmente, a efecto de este libro decidí centrarme solo en Tinder, por una cuestión de espacio.

Concluí que en Tinder, en la franja a partir de los cuarenta años, la gran mayoría de los usuarios están casados.

¿Cuál era el método que yo usaba para comprobarlo? Simple. Siempre abría dos perfiles. La usuaria del primer perfil (Lucía) pedía siempre alguna forma de identificación: perfil de Facebook, de Instagram, de Linkedin. O, si no, nombre y dos apellidos para poder rastrear a quien me escribía. Si el contactante se negaba a dármelos con cualquier excusa («no tengo perfiles», «¿tú quién te has creído que eres?», «yo no doy esos datos»...), le contactaba desde el segundo perfil (María, que es mi segundo nombre). Y allí le contaba que buscaba una aventura discreta, porque tenía pareja. Inmediatamente, todos reconocían que ellos también la tenían. Lo curioso es que, cuando Lucía se lo había preguntado, le habían dicho que estaban solteros.

En la franja más joven (desde veinticinco a treinta y cinco), tanto en aplicaciones de móvil como en *sites* de Internet, la gran mayoría de los usuarios son solteros en busca de sexo sin compromiso.

Si les contacta Lucía van buscando «lo que surja». Pero si les contacta María y les cuenta la milonga de siempre, es decir, que tiene pareja y que no se siente satisfecha con su vida sexual, ellos admiten de inmediato que van buscando sexo sin compromiso. No hubo un solo perfil, ni uno solo, que me dijera que no estaba interesado en tener una aventura con una mujer con pareja.

Cuando por fin me decidí a ser sincera y a explicar a quien me escribía que en realidad estaba buscando datos para un libro, algunos se avinieron a ayudarme y otros no.

Los que sí lo hicieron, respondieron al siguiente cuestionario:

1. ¿Me puedes decir cuántos perfiles tienes abiertos en *sites* de contactos o en aplicaciones de Internet?
2. ¿Cuánto tiempo diario dedicas a estos perfiles?
3. ¿Con cuántas mujeres hablas cada día?
4. ¿Cuántas citas has tenido?
5. ¿Alguna vez has pagado por tener sexo?
6. ¿Alguna vez una persona que has conocido a través de esta

aplicación te ha pedido dinero por tener sexo?

7. ¿Por qué te decidiste a abrir un perfil?

Las respuestas que me llegaron fueron de lo más variopinto y divertido. No puedo sistematizarlas porque no soy una empresa de sondeos y no trabajo con un ordenador que resume las respuestas, pero mis conclusiones son estas:

1. Número de perfiles abiertos: en más o menos un 50 por ciento de los casos los usuarios de Tinder tenían también perfil en Pof o Adoptauntio. Meetic sin embargo es una web de pago, lo que hace que muchos usuarios no la usen.
2. Esto sí que me sorprendió. Dedican a sus perfiles un mínimo de una hora al día. Y un máximo de dos o tres. Algunos más. Muchos me confesaron que eran incapaces de saber cuánto tiempo dedicaban porque eran verdaderos adictos. Se conectaban cada hora para ver quién les había respondido. En muchos casos me dijeron que se conectaban desde el trabajo.
3. Mujeres con las que chatean cada día: mínimo una. Máximo diez. Todos reconocían que chateaban con varias mujeres a la vez si se daba la ocasión.
4. Citas semanales: mínimo una por semana. Media de dos. Alguno dijo que cinco por semana. Sinceramente, no lo creo.
5. Solo tres reconocieron haber pagado por sexo. Pero dudo de la sinceridad de las respuestas. Al fin y al cabo, hablaban con una mujer, y es duro admitir algo así, incluso frente a una total desconocida.
6. Unos treinta dijeron haber recibido ofertas de sexo por dinero en Tinder... «pero solo una vez». Me sorprendió que siempre fuera «solo una vez» y me hizo dudar de la sinceridad de la respuesta.
7. **A la pregunta de «¿por qué te has abierto un perfil?»** encontré respuestas variopintas, que se venían a resumir en:

Respuesta Tipo Uno: la más respondida con diferencia. Calculo que un 80 por ciento de los que me contestaron me dieron esta respuesta.

«Por soledad».

Respuesta Tipo Dos:

«Porque cuando me divorcié me di cuenta de que me había quedado sin amigos, todos estaban en pareja y no me apetecía ir solo de bares».

O en personas no casadas: «Porque todos mis amigos están en pareja y no me apetece ir solo de bares».

¿Qué nos dice esto? Pues básicamente que el usuario de redes sociales no ha ido nunca solo a una exposición, a un concierto, al cine o a una obra de teatro, a una conferencia. Lo curioso es que me reconocían que no iban ni al cine ni al teatro ni a una exposición «porque no tenían tiempo», pero sin embargo lo tenían para perder dos horas diarias en Internet. O «porque no tenían dinero». Estos no se habían enterado de que tanto en Madrid como en Barcelona hay una oferta diaria de exposiciones y conferencias gratuitas y en muchos casos también conciertos. Básicamente porque tenían cero interés por la cultura.

Respuesta Tipo Tres:

«Porque soy muy tímido y cuando voy de bares nunca consigo entrarle a una chica, mientras que aquí he conocido a muchas».

Lo curioso es que a ninguno, absolutamente ninguno de entre ellos, se le había ocurrido que a la gente se la conoce en otros sitios aparte de bares. Yo he ligado mucho en bares, pero he de decir que a los hombres con los que he tenido una larga relación no los conocí en bares. A uno, en un concierto. Al padre de mi hija, en una conferencia. Otro, en una obra de teatro. Otro, cuando fui a buscar a una amiga a su trabajo. Otro, amigo de amigos comunes. En fin..., ¿por qué esta insistencia en bares? Básicamente porque a los bares se los asocia con sexo fácil y rápido.

Respuesta Tipo Cuatro:

«Sinceramente, porque no tengo nadie con quien hablar y así hablo».

Estas declaraciones tan tristes realmente me desarmaban. Al cabo de unos veinte minutos de chatear con esa persona era evidente que ese hombre necesitaba un terapeuta o ayuda profesional de forma urgente.

¿Qué conclusiones saqué de mis interacciones con usuarios de Tinder?

— Más de la mitad de los usuarios de webs y apps están

casados o tienen pareja.

— La otra mitad tiene un perfil muy particular: tiene algún problema a la hora de establecer relaciones sociales. En algunos casos proviene de una pareja fusional. En todos los casos no tiene una red de amigos amplia ni aficiones importantes, pese a que todos aseguran hacer mucho deporte.

— La gran mayoría miente.

Es interesante analizar el texto tipo de la mayoría de los anuncios que los hombres cuelgan en *sites* de Internet destinadas a buscar pareja, que viene a ser algo parecido a:

«Me considero una persona normal, muy amigo de sus amigos. Hago mucho deporte y cuido mi alimentación, aunque también me gusta salir a tomar cañas o un buen vino. Soy divertido. Mejor me conoces en persona».

La gran mayoría hacen hincapié en la «normalidad». Ya hemos visto en páginas anteriores lo importante que es en nuestra sociedad no ser considerado como diferente, friki u outsider. Por eso se insiste tanto en lo de «amigo de mis amigos». Pero una persona que tiene muchos amigos y un trabajo no tiene dos horas diarias para perder en Internet.

Inciden mucho en lo del físico, al fin y al cabo vivimos en una sociedad narcisista. En muchos casos cuelgan fotos de su coche o de un paseo en velero porque, como ya hemos dicho antes, saben que muchas mujeres se mueven desde una programación cultural que les impulsa a buscar un hombre con dinero.

Experiencias de usuarios de Tinder

Como me era imposible hacerme un perfil masculino de Tinder, dado que exige entrar desde tu perfil de Facebook, y yo soy vaga como para hacer otro perfil de Facebook, prefería preguntarles a mis amigos como les había ido la experiencia.

Roger y Oriol ligaban muchísimo. Pero hay que tener en cuenta que Roger y Oriol son guapísimos los dos, y solteros. También ligan mucho en bares. Cuando han ido a fiestas organizadas por mí

(cumpleaños, presentaciones de libros, de mi corto) las chicas casi se desmayaban.

Peque, treinta y siete años, escenógrafo, tipo físico normal, apodado así porque es bajito:

«No solían hacerme ni caso. Igual de diez chicas a las que daba un *like,* una me respondía. Y luego, cuando quedaba con ellas, no eran para nada mi tipo. Me encontré con mucha mujer mayor separada con problemas para conocer gente. No tiene grupo de amigos porque en los años que ha estado casada los ha perdido, y no se atreve a salir sola. Cuando tú me preguntaste, hice balance. En los cuatro años que llevo soltero, solo he tenido sexo una vez con una mujer que haya conocido en Tinder. Las demás eran amigas de amigos, las conocí en bares, en una exposición, en el teatro. Creo que en Tinder el aspecto físico importa mucho. Yo no soy guapo, ni rico, así que normalmente he ligado porque soy simpático o divertido. Y chateando en Tinder, eso no se nota tanto».

Javier, editor, treinta y nueve años, también tipo normal:

«Conocí a alguna. Pero eran chicas con las que normalmente nunca hubiera tratado en la vida real, y con las que no tenía nada de lo que hablar. Las tenía que sacar a cenar y de copas. Y sí, en algún caso tuve sexo, pero luego no me sentí muy bien conmigo mismo. Sentía como si hubiera pagado por sexo. O sea, yo pagaba la cena y las copas a chicas que normalmente no hubieran podido gastarse tanto dinero en una noche, y al final ellas se acostaban conmigo. Conocí a una chica normal, al final, pero es cierto que si no eres muy guapo o presumes de dinero, es como si no existieras».

Fede, cuarenta años, administrativo, también un tipo normal:

«Yo entré justo cuando me había separado y me sentía muy solo. Llegaba a casa después de trabajar y me ponía a darle al Tinder frenéticamente. De hecho, pagué para poder tener acceso a más mujeres. Creo que chateé con unas cien y de entre ellas no creo que ni diez estuvieran buscando sexo. Todas más o menos venían a decirme que buscaban pareja. O sea, que buscaban quedar con gente, conocer gente, tomar café, con la idea de acabar encontrando pareja. Sí que hubo mujeres que me propusieron sexo directamente. Ya te digo que diez entre cien. Dos de ellas casadas, las otras recientemente divorciadas. Todas mayores de cuarenta Ninguna me atrajo físicamente, ni tampoco de otra manera, así que no acepté. No me acuesto con mujeres que no me atraigan».

Carlos, guionista, treinta y cuatro años.

«Tuve perfil abierto durante dos meses. Jamás me ofrecieron sexo de forma directa. Quedé con cinco chicas, ninguna de ellas me gustó. Pero sí que me parecieron tías majas. Creo que todas iban buscando pareja. Desde luego, yo no encontré a ninguna que estuviera dispuesta a quedar solo para echar un polvo, o que me lo sugiriera en ningún momento. Con las cinco que quedé, lo hice en sitios públicos. Al final dejé de entrar por aburrimiento y por falta de tiempo».

Creo que queda claro, querido amigo hetero con pretensiones de convertirte en el fucker del barrio, que el mito de que en Tinder vas a encontrar a muchísimas mujeres que querrán quedar contigo solo para follar es eso, un mito. Probablemente es más fácil encontrarlas en un bar de Malasaña o de Gracia a las cuatro de la mañana, cuando van ya borrachas y/o drogadas. Y, aun así, solo aceptaran irse contigo si eres medianamente guapo o muy simpático. Por supuesto que en Tinder hay mujeres en busca de sexo. Pero son casos muy particulares. Se trata de la excepción, no de la norma.

Qué aprendes en Tinder

Qué he aprendido tras dos meses interaccionando en Tinder y en *sites* de ligue por Internet

Que vivimos en una sociedad en la que el físico y la apariencia son muy importantes. Pero la vida interior o espiritual no lo es. Prácticamente no hay perfiles en los que el «anunciante» cuente que practica la meditación, que tiene una gran fe religiosa o que se dedica al voluntariado. Pero en el 90 por ciento de los perfiles se dice que quien se anuncia hace deporte y cuida su alimentación.

Que vivimos en una sociedad en la que todo el mundo miente. Y no solo en sus relaciones afectivas. Basta con ver los casos de corrupción que a diario saltan a las páginas de los periódicos para darnos cuenta de que aquí lo que importa no es mentir, lo que se valora es que no te pillen.

Nuestra sociedad actual está viviendo un momento de apogeo

del narcisismo, del ego, la vanidad o la autoexaltación, como un tema central de la cultura. Es un hecho en el que coinciden sociólogos, antropólogos o psicólogos y psicoanalistas.

Aún más, en nuestro mundo posmoderno el narcisismo se ha democratizado y se ha reforzado. Ya no es exclusivo de una determinada élite social o artística. Hoy en día se potencia el individualismo. Así que de la implicación y el compromiso personal se ha pasado a los pactos temporales.

O, en palabras de Zygmunt Bauman, hemos pasado de una sociedad sólida a una líquida. Los valores morales se han perdido, y el fin justifica los medios.

Mentira en la política, en la tecnología, en la economía, en los medios de comunicación. Mentira para camuflar de seguridad la pérdida de libertad. Mentira para robar. Mentira para seducir.

Mienten muchos políticos que aseguran trabajar para el pueblo y lo hacen tan solo para los ricos. Mienten aquellos que parecen sublimar su trabajo, que aseguran hacerlo con miras al bien social, al de la cultura, el arte, cuando en realidad solo piensan en su ego y dinero.

Mienten los medios de comunicación, que deben servir para informar del modo más objetivo posible, separando con claridad lo que es el relato de unos hechos de la opinión. Que propagan informaciones falsas, que proporcionan opinión en lugar de información haciéndola pasar como tal, que ocultan lo que no se quiere que se sepa. Aquí la sublimación de la mentira alcanza cotas inauditas. Un mismo hecho es completamente diferente según lo cuente *Público* o *La Razón.*

Todo el mundo miente. Nos hemos acostumbrado pero, por otro lado, nos hace sentir muy inseguros.

Que vivimos en una sociedad en la que mucha gente se siente sola. En las sociedades posmodernas, lo cotidiano está uniformado y la mayoría de los individuos están diluidos en las multitudes y atrapados por lo inmediato**. Todas las instituciones que antaño nos daban sensación de seguridad o refugio han entrado en crisis: religión, patria, trabajo, familia, pareja.**

Estamos atrapados por lo inmediato, en un mundo que se mueve a velocidad de vértigo, que nos obliga a vivir el momento. Estás solo y a tu merced. Búscate la vida.

Muchos individuos ya no pueden contar con su pareja porque, como ya hemos dicho, se trata de una institución en crisis

En muchos casos tampoco se puede contar con la familia. O bien viven en otra ciudad, o bien, al haberse dinamitado el modelo de pareja tradicional, es una familia con serios conflictos abiertos en su seno.

En cuanto al trabajo, que antes aportaba sentido de pertenencia, seguridad y realización, ahora es difícil conseguir uno. Las cifras de paro en España son aterradoras: el paro afecta al 26 por ciento de la población y los afortunados que tienen uno no encuentran en él ni lo uno ni lo otro. Te pueden echar en cualquier momento y estás en continua competencia con tus iguales. El trabajo en general crea estrés. Solo en España existen seis millones de personas con depresión y las consultas por ansiedad y estrés van aumentando. El consumo de antidepresivos se ha triplicado en los últimos diez años. Y, desde el comienzo de la crisis, su uso se ha incrementado un 10 por ciento. El ambiente laboral es uno de los principales focos de ansiedad y de depresión en los países occidentales y todo apunta a que las cifras pueden empeorar en las próximas décadas. (Ver más datos en el anexo).

En este contexto, mucha gente acaba por buscar familias alternativas, asideros, gente en la que pueda confiar.

Creo que por eso surgen modelos alternativos de familia y pareja.

Y, por último, que el matrimonio o la pareja tradicional es una institución en crisis. De ahí que tantos usuarios de estas redes están casados.

Para poder entenderles mantuve conversaciones virtuales con muchos de ellos, desde mi identidad de María. La gran mayoría eran unos perfectos imbéciles, he de decirlo, que estuvieron a punto de hacerme perder la fe en el género humano en general y el masculino en particular. Varios de ellos, como era de esperar, acabaron por ofrecerme dinero, aunque no de forma explícita. Más bien «te puedo llevar a un hotel increíble de lujo que conozco» (fotos del hotel) o «te voy a invitar a un restaurante de cinco tenedores». Algunos llegaron a ser muy agresivos cuando les dije que en realidad no quería quedar con ellos («pero ¿quién te crees que eres, gorda de mierda?» y lindezas por el estilo, escritas con

alarmantes faltas de ortografía).

Pero otros fueron muy sinceros.

Más o menos el tipo de historia que me contaban se venía a resumir en esta:

Fulanito había conocido a Menganita en la adolescencia o primera juventud. Iniciaron una relación inmediatamente y en cuanto los dos tuvieron trabajo se casaron «porque era lo que tocaba». Normalmente tenían dos hijos. En algunos casos me contaban que la convivencia era un desastre y que había peleas constantes. Pero en la gran mayoría la relación de convivencia era más o menos buena. Eso sí, era aburrida. Las relaciones sexuales eran pocas y no muy satisfactorias. Las aficiones comunes, escasas. Y las no comunes también. Más o menos la vida de Fulanito se resumía en «Voy a trabajar, llego a casa, ceno, veo un rato la tele y me voy a dormir» de lunes a viernes. Los fines de semana eran aún peores. Tocaba comer con los suegros, y salir con los niños. En muchos casos el Fulanito en cuestión ni siquiera buscaba tener una aventura en el mundo real. Le bastaba con tener cibersexo, con mantener una conversación subida de tono. Uno me llegó a decir que su gran fantasía era ver los pechos de una mujer por webcam (obvio decir que insistía en ver los míos).

Ante semejante panorama ¿por qué no se divorciaban?

En algún caso porque tenían miedo de perder su estabilidad económica o a sus hijos. En la mayoría, porque no estaban tan mal. Se aburrían, por supuesto, pero su vida era fácil dentro de la monotonía, serenamente predecible. Uno solo podía quedar los sábados por la mañana porque era el día en el que su mujer se iba con los niños a Alcampo a hacer la compra semanal. Más o menos la mitad creía imposible que su mujer estuviera haciendo lo mismo que ellos. A la otra mitad le daba igual.

En fin, yo llegué a la conclusión de que el hombre casado entraba en Tinder por inseguridad, hastío, egoísmo puro y duro y/o machismo. En la mayoría de los casos, por una combinación de todos los factores.

En alguna ocasión me contaban cuentos que encontraba muy difíciles de creer como «no la he dejado porque está enferma» o «mi mujer es una mujer de mente abierta. Ella me dice que no importa lo que haga en la calle. Que ella solo tiene que ver conmigo de la

puerta de la calle hacia dentro. Ella dice que puedo comer o cenar en la calle..., pero que el postre es de ella». Pero, por supuesto, en ningún caso te dejaría contactar con la mujer en cuestión para que ella ratificase ese particular.

¿Ser infiel es «lo normal» en el mundo heterosexual?

Un estudio de la empresa Sondea establecía que algo más de la tercera parte de la población adulta en España había sido infiel en algún momento. El porcentaje era similar en hombres y mujeres. Esa cifra se elevaría hasta el 50 por ciento en ellos, y el 40 por ciento en ellas.

Dato curioso: ellas decían que serían infieles en el caso de tener la total seguridad de que sus parejas nunca lo iban a saber, pero ellos no hacían esa distinción.

Para colmo, en esta sociedad se vive con la obsesión de seducir y triunfar en todos los ámbitos, no solo los laborales, sino también los sexuales, por eso con frecuencia se mira hacia fuera de la pareja con la sensación de estar perdiéndose algo interesante. Se siente la pareja estable como algo que nos aísla del entorno, o se piensa que ahí fuera hay algo mejor que nos espera.

La infidelidad es un recurso excesivamente fácil como para no echar mano de él.

Pero la infidelidad implica mentir, traicionar y dañar. Y en la mayoría de los casos, si se descubre, supone el fin de la relación.

En semejantes circunstancias ¿nos resulta raro que algunas relaciones intenten convertir una realidad innegable pero oculta en una situación aceptada y legitimada con normalidad, en lugar de tener que vivir mintiendo y traicionando?, ¿nos sorprende que algunas personas decidan practicar la no monogamia eliminando obligaciones, engaños e hipocresías que condicionan el amor?

Cada pareja es un mundo. Un mundo con leyes propias en el que no existen fórmulas de éxito ni seguros contra el fracaso. Así lo demuestra el incremento casi continuo de separaciones. El 50 por ciento de los matrimonios en España se divorcia. Esto prueba que poseemos unas ideas sobre la pareja que no se corresponden con lo que necesitamos en realidad.

Quizá el mayor problema radique en ofrecer una sola horma en la que todos encajen. Es lógico que se busquen nuevos caminos.

Las relaciones sexuales y afectivas entre homosexuales

Grindr es la app de sexo gay más popular. De hecho es tan popular que durante las Olimpiadas en Londres se colapsó por exceso de usuarios activos que se conectaban simultáneamente.

Grindr también es la Madre de Todas las Batallas. Fue la primera app para buscar sexo con geolocalizador, todas las demás apps que han surgido después han sido una copia.

Hago constar que yo no me hice perfil en Grindr. Jugué con perfiles de dos amigos que generosamente me permitieron usar su app desde sus móviles.

¿Cómo funciona? Pues bien, si te quieres hacer un perfil en Grindr, porque eres hombre y gay (no porque eres una mariliendre cotilla como yo), tendrás que rellenar el perfil, poner un nombre de «guerra» y añadir tu foto.

El nombre de guerra debe resumir bien lo que buscas. Los tipos de nombre de guerra que he visto son tan sutiles y delicados como el vocabulario de una concursante de MHyV.

Voy a hacer una recopilación de los nombres más usados. Normalmente son variantes de estas palabras: Dildo, NSA, BDSM, Dom, Sum, Chems, Piss, leather, Chemsex, sobersex, playsafe, Vgr, Ppprs, BB, Session.

Es decir nombres del tipo Dildo24, NSAFay, JuanDom, NacchoChems, JoPiss21, ChemSex21, etcétera, que quieren decir:

Dildo: Tiene dildos en casa. O quiere tener sexo con dildos.

NSA: No Strings Attached. Busca sexo y solo sexo, sin posibilidad de nada más. Quiero follar contigo pero no necesito saber tu nombre.

BDSM: Bondage y SadoMaso.

Dom: Dominante.

Sum: Sumiso.

Piss: Busca lluvia dorada.

Leather: Fetichista del cuero.

Playsafe: Usa condón.

BB: BareBack. No usa condón.
Session: Busca sexo en grupo.
Sobersex: No usa drogas.
Chems, Chemsex: Sexo con drogas.
Vgr: Usa o vende Viagra.
Ppprs: Tiene poppers o lo vende.
TINA: Busca o tiene cristal (Crystal meth), un tipo de anfetamina.
GHB/GBL/G: Busca o tiene GHB (gammahydroxybutrate), extasis líquido.

Después de haberte decidido por uno de estos nombres tan sutiles y poéticos te recomiendo que en la descripción pongas si eres activo/pasivo/versátil, si buscas sexo rápido o si prefieres conocer antes a la persona con un café. Hay gente que lo pone, en serio, pero son los menos. Tienes que dejar claro todo lo que quieras que sepan de ti, así no habrá lugar a malentendidos.

Con la foto lo mismo. Lo ideal sería poner una foto clara y nítida de tu cara y pecho. Con ropa o sin ropa, pero que se te vea bien. Ocho de cada diez usuarios de Grindr ponen foto en bañador o calzoncillos, con el torso desnudo. Una servidora sospecha que los que no ponen foto de su cuerpo es porque no lo tienen bonito. Por cierto, hay infinidad de fotos sin cara. Solo del torso. Muchas del torso hasta los muslos, para que se vea clarita y evidente la bullente erección bajo los calzoncillos.

Eso sí, si buscas amor, cariño, afecto, compañía, ternura y comprensión... Hombre tierno y soñador, ¡Grindr no es para ti! Grindr está hecho para lo que está hecho: follar. Sí, seguro que hay gente que a veces queda para tomar un café, pero son la minoría.

Si eres pudoroso, siento decirte lo mismo: Grindr no es para ti. Los hombres que te contacten en privado te van a pedir fotos. Una de cuerpo entero. Otra de tu polla y otra de tu culo. Piden fotos de «tu paquete» o de «tu equipo» (la primera vez que me pidieron una foto de «mi equipo» pensé en enviarle una foto de la plantilla del Atleti de Bilbao). Las piden enseguida. En la mayoría de las ocasiones, antes incluso de preguntarte cómo te llamas.

También preguntan cuánto te mide. Cuánto te mide la polla, no la talla de tu camisa.

Después de darle formato a tu perfil, empieza el juego.

Inmediatamente accedes a decenas de perfiles de hombres que se encuentran geográficamente cerca de ti y que están interesados sexualmente en otros hombres. Grindr te indica a cuántos metros de distancia se encuentran.

Cotillear perfiles de otros hombres en Grindr es visualizar una de las más amplias gamas disponibles de fantasías, deseos e ilusiones.

Hay hombres que desde la información de su perfil hacen explícito su rol sexual (activo/pasivo/inter/versátil) y su deseo de tener sexo inmediato; hay parejas que tienen perfiles conjuntos y que buscan a un tercer compañero para hacer un trío; hay turistas y viajeros que no conocen a nadie y que desean que alguien les ayude a conocer el ambiente gay de la ciudad que visitan; hay hombres que solo buscan tener una conversación caliente para masturbarse; hay heteros que buscan un encuentro con un hombre, hay chaperos que se anuncian, hay señores que buscan a chaperos, hay camellos que venden viagra, poppers, coca, Tina y GHB...

Hay de todo.

Pero no he visto un solo perfil que diga que le gusta el cine, la música o la literatura.

Si decides entrar a las cinco o seis de la mañana, en fin de semana, vas a flipar: el Grindr arde. Es impresionante ver la cantidad de hombres conectados. Recurrir a Grindr es lo primero que muchos hombres gays hacen en la madrugada, para posteriormente repetirlo al mediodía, en la tarde, en la noche y a medianoche.

Grindr no se parece a Tinder: antes de ir a lo directo, en Tinder la conversación es insustancial, una charla banal en la que intentamos ver si hay química. El terrible carrusel de lugares comunes: ¿qué música te gusta? ¿Qué deporte practicas? ¿Dónde vives? ¿Te gusta el cine? El repertorio de chorradas en los que solemos caer todos cuando ligamos. Sin embargo, debes hacerlo sereno y vía móvil. Valor.

¿En qué se diferencia Tinder de Grindr? En que en Grindr la charleta se elimina de la ecuación y se sustituye por preguntas claras, directas y concisas:

— ¿Foto de cuerpo?

— (Envío).

— ¿Foto de tu equipo?
— (Envío).
— ¿Activo o pasivo?
— Pas.
— Bien, yo act. ¿Cuánto te mide?
— 22 cm.
— ¿Qué te va?
— Chupar pollas.
— Esta es mi dirección.
— Tardo quince minutos.

(Atención: como habrán supuesto, lo de los 22 cm es mentira. Si en Tinder la gran mayoría miente acerca de su estado civil, en Grindr casi todo el mundo miente acerca del tamaño de su pene).

En uno de los casos estaba jugando con el móvil de mi amigo Ismael en la habitación de mi hotel en Barcelona. Al abrir el Grindr, la cosa se puso a echar humo. Según el geolocalizador, mi hotel estaba lleno de hombres desesperados por echar un polvo. Empecé a chatear con el que parecía más guapo. En dos minutos ya me estaba diciendo: «Dame el número de tu habitación y voy». Bueno, en realidad se lo decía a Ismael. O a la foto de Ismael. Me acojoné y lo bloqueé. No fuera que averiguase el número de la habitación mediante geolocalizador.

El 58 por ciento de los gays españoles confiesan haber conocido a su última pareja sexual a través de Internet, según la Encuesta Europea por Internet sobre hombres que tienen relaciones con otros hombres (EMIS) de 2011. Datos que a 2016 seguro que se han incrementado por la proliferación de las aplicaciones de ligoteo para hombres homosexuales, que está provocando incluso un cambio en el ocio.

Grindr amenaza con acabar con la tradicional cultura gay. Los usos y costumbres tradicionales de la socialización sexual entre chicos (cuartos oscuros, saunas, *cruising* y cancaneo) están de capa caída. La gente va a socializar con los amigos a los bares, pero liga por Internet o por las aplicaciones. Esto es posible que esté afectando a los bares tradicionales con cuartos oscuros, que ya no están de moda ni forman parte de los lugares de socialización sexual, puesto que a estas alturas a este tipo de locales solo acuden

los que acaban de salir del armario o los que no están familiarizados con la nueva cultura gay.

En el Grindr importa mucho tu envoltorio. Importa tu cuerpo. Si estás bien musculado y si tienes la polla grande. Nadie te va a preguntar por tu serie favorita o tu colección de vinilos. Debes estar muy bueno y tener poco cerebro, o al menos fingirlo.

Es decir, lo que ayer era una subversión a la norma hoy se acepta, sí, pero a un precio. Tenga usted la orientación sexual que quiera, de acuerdo, no nos molesta, pero gaste dinero y encaje usted en nuestros marcos normativos. Derroche usted una fortuna en gimnasio y batidos de proteínas, y pase mucho tiempo dedicado a su cuerpo y poco dedicado a su mente.

Ser aceptado como gay en nuestra moderna sociedad de consumo implica la imposición de un consumo determinado y la implantación de un canon de belleza concreto

Grindr es la aplicación práctica de las teorías del sociólogo George Ritzer. En su libro *La McDonalización de la sociedad* (1995), Ritzer acuñó el término *McDonalización* para referirse al modelo de comportamiento social de la época que había asumido como pauta de actuación las características típicas de un restaurante de comida rápida.

Ya hemos llegado a la *McDonalización* del sexo. Sexo rápido, de consumo fácil, de usar y tirar. Personas cleenex.

El sexo es un producto de consumo más determinado por las dinámicas características de la sociedad de consumo. Su función principal sería la satisfacción inmediata de nuestros deseos a través del amor recibido del otro.

De esta forma, el prototipo de individuo de la sociedad consumista es para Zygmunt Bauman el «impotente amoroso».

El impotente amoroso es una persona cuya falta de conciencia y desarrollo personal en lo que respecta al amor se adaptaría al mismo estilo de vida que la sociedad le impone. El impotente amoroso es potente sexualmente, pero no afectivamente.

Esta falta de desarrollo afectivo constituiría un bloqueo artificial de nuestras capacidades para el cuidado, la empatía o la gestión de nuestras emociones y relaciones personales. Por eso el sociólogo la concibe como una «incapacidad aprendida» que surgiría de forma coherente con la filosofía de la rapidez y la superficialidad.

Es decir, uno no nace aprendiendo a desligar los sentimientos de las relaciones humanas, sino que aprende a hacerlo.

La orientación individualista del sexo, sustentada en el deseo de alcanzar un interés personal, somete al impotente amoroso a una necesidad constante de validación. El impotente amoroso debe recibir constantemente señales de que aún es un producto valorado en el mercado del amor y el sexo. El impotente amoroso es como una marca de ropa, que arrasa hoy, pero puede dejar de venderse mañana. Porque el consumismo ha trasladado la inseguridad y la incertidumbre al ámbito afectivo.

El modelo afectivo de la sociedad de consumo es el de los vínculos inestables y frágiles. Vínculos que se asocian más al azar que a la voluntad. Vínculos endebles, temporales, que se pasan de moda cuando se consumen como cualquier otro producto. Es la lógica consumible. Un vínculo cuya capacidad para proporcionar satisfacción resultará más vinculada al azar que a la voluntad. Un lazo endeble cuya temporalidad viene impuesta por la misma lógica consumista que hace perder valor al producto consumido.

Los cuerpos se consumen. Se usan, se desechan y se buscan otros. Como si fuera una camiseta de marca que se pasa de temporada.

El psicólogo Alfred Martínez (cuyo nombre algunos recordaréis porque colaboró conmigo en un libro anterior, *Cómo salí de una relación tóxica)* me lo explica así: «La presión tan grande sobre la belleza o el cuerpo, incluso sobre el tamaño del miembro, lleva a que muchos homosexuales dediquen un tiempo enorme a su cuerpo, e incluso se operen el pene... Sí, la operación de alargamiento de pene se ha puesto muy de moda. El que se engancha a una app de ligue suele tener un problema de base de soledad y baja autoestima. Aclaro que hablo de quien se engancha, no de quien la utiliza como una herramienta social más para buscar sexo lúdico o socializar. Bien, imaginemos a un hombre que se siente solo y entra en una de estas apps. Rápidamente entenderá que su valor depende de lo que pueda ofrecer. En ningún caso recibirá afecto incondicional. De forma que se engancha a la app para mejorar su autoestima, para sentirse deseado, mirado, visible, pero se enreda en un círculo vicioso, pues la propia app le baja la autoestima, ya que en la mayoría de los casos se va a sentir valorado solo como un objeto, y

no va a recibir el refuerzo que en realidad va buscando. Pero como el sexo y las drogas son potentes narcóticos, se engancha a ellos para anestesiar su dolor. Al final, se enreda en una red de la que es difícil salir».

Las relaciones sexuales y afectivas entre lesbianas

El deseo, la carencia afectiva, las ganas de conocer posibles parejas es algo que tanto homosexuales, heterosexuales y bisexuales experimentan. Sin embargo, las maneras en que estos grupos ligan e interactúan sexualmente son muy diferentes y están matizadas por una gran diversidad de factores. Esto se ve claramente cuando una va a una app de lesbianas que primero se llamó Brenda y luego pasó a llamarse Wapa (no me preguntéis a mí por qué).

La aplicación nació como alternativa a Bender, que en teoría era su igual orientado al público gay masculino. A día de hoy los nombres han cambiado y las apps se llaman Wapo y Wapa. No obstante, cualquiera que haya dado con Brenda/Wapa, o incluso sin haberlo hecho, sabe que las lesbianas, generalmente, no se relacionan de la misma manera que la mayoría de los gays. Por ello, las peculiaridades de Brenda/Wapa no son las mismas que las de Bender/Wapo.

A partir de ahora me referiré a la app con el nombre de Wapa pese a que muchas lesbianas a día de hoy aún la llaman Brenda.

Mientras que en el caso de su hermano mayor masculino, Wapo/Bender, las interacciones son relativamente claras, concisas, rápidas y puede que hasta sencillas (o sea, la conversación antes citada: «hola», «hola», «¿cuánto te mide?», «tanto», «¿activo o pasivo?», «versátil», «¿foto del equipo?», «mira», «¿quedamos?», bla, bla, bla) en Wapa nos encontramos con que las conversaciones pueden alargarse durante días e incluso semanas, lo juro, y pueden tratar todo tipo de temas (música, literatura, política, sentimientos) excepto el sexo.

Una de las conversaciones recurrentes en Wapa suele aparecer después de la ronda de preguntas típicas e incluso formar parte de ella. Comienza más o menos así: «¿Y tú qué buscas en Wapa?» o sus variantes «¿qué haces por aquí?», «¿qué tal por Wapa?», «¿por qué

usas Wapa?», pero todas derivan en la misma conversación. A nadie le gusta Wapa, todas han entrado por ver lo que hay o porque una amiga les instaló la app. Y digo yo: si a nadie le gusta Wapa, ¿cómo es que cuando abres Wapa en Chueca un sábado todo Wapa está a 0,1 km?

He hablado con muchas chicas (del orden de cincuenta) para preguntarles qué pensaban, si les gustaba, si les era útil, si habían conocido chicas y quedado con ellas, etcétera. Hablé con chicas de todo tipo: hipsters, canis, pijas, modernas, amas de casa... Y la respuesta siempre era la misma: «Me lo hice de broma», «Me lo hice porque estaba aburrida, porque mi amiga me dijo, no lo uso, solo contesto si me hablan», «No creo en los chats», bla, bla, bla...

¿Por qué las usuarias de Wapa reniegan tanto de la app? ¿Para qué se hacen un perfil si en teoría no quieren ligar? Y, por último, ¿por qué se avergüenzan tanto de ligar o buscar amigos en las redes?

Sin embargo, con los chicos la cosa es completamente diferente. Utilizan muchas de estas apps como Grindr para ligar, para sexo casual o amistad. Muchos lo definen como un *cruising* instantáneo en 3G, donde la inmediatez de respuesta es lo más valorado por los usuarios, por no hablar de la geolocalización: tanto Wapa como Grindr te permiten saber a cuántos kilómetros estás de la persona que te interesa.

La comparación entre las dos apps deja clarísimas las diferencias entre la homosexualidad femenina y masculina, así como las distintas formas en que ambos colectivos viven la sexualidad y las relaciones. Maricones y bolleras no entienden el sexo del mismo modo. En ninguna de mis más o menos cincuenta conversaciones se me ofreció directamente sexo. Como mucho se me hicieron insinuaciones más o menos subidas de tono.

Saunas o lugares públicos de *cruising* siguen siéndonos totalmente desconocidos para el público lésbico. De hecho, el intento de crear una sauna lésbica en Madrid fracasó estrepitosamente.

La «invisibilidad lésbica» sigue muy presente, lo que sumado al doble estigma social, ser mujer en un mundo de hombres y ser lesbiana en una sociedad predominantemente heterosexual, hace necesaria la creación de subculturas o subguetos donde

relacionarse, ocultos de miradas ajenas. Wapa solo pone de manifiesto esa necesidad de buscar semejantes, de saber que no se está sola, de compartir y de estar unidas. Pero no es una app para buscar sexo. Es una app para buscar amigas y, quizá, quién sabe, algo más. Quizá amor.

¿Qué tipo de perfiles hay en Wapa?

Los nombres

Nada de «TallaDeSuje140» o «Tijeras69», nada de referencias a drogas ni a posturas sexuales, ni a fetiches de ningún tipo. Nombres normales. Clara, Lucía, Ena, Maica.

El tipo de fotos

Ni una sola foto en bikini o enseñando cuerpo de más. Muchas fotos parciales, que suponemos que nos enseñan parte del cuerpo de la usuaria pero que no enseñan nada: un pie, unas zapatillas, una nuca, unas manos, un ojo y su correspondiente oreja... Muchas fotos genéricas que en teoría te dan una idea de la personalidad de la usuaria del perfil: un paisaje, un piano, un gatito, una foto del Dalai Lama (lo juro). Una tía buena que no es ella (y que generalmente es una reconocida bollofamosa, es decir Malú, Inma Cuesta, Vanessa Martin, Cara Delevigne), un texto romántico impreso sobre un fondo de mariposas y arcoíris... Algunas (pocas) fotos de las valientes que se arriesgan a enseñar su rostro, ¡bravo por ellas! Y muchos muchos perfiles sin foto alguna.

Las descripciones

«Me gustan los gatos, el senderismo, las películas románticas y las chicas femeninas», «si llegamos a algo diremos que nos presentó una amiga», «me gusta el cine en versión original»... Nada de sexo. Sí mucha insistencia en encontrar a chicas femeninas.

Muchísimos perfiles dejan claro que «no buscan tríos», porque en muchos perfiles una pareja está buscando a una chica para hacer un trío. Más tarde hablaré de este tema en otros capítulos: los swingers y el unicornio.

Diferencias entre apps. Las relaciones sexuales y afectivas se ven de diferente manera en cada colectivo

Importancia del aspecto físico

Grindr. La gran mayoría de fotos de hombres tienen el torso al desnudo. O bien están en la playa o en calzoncillos. Muchas dejan ver un bulto potente bajo los calzoncillos en estado de erección. En algunas no se ve la cara.

Wapa. Muy pocas muestran su identidad. Muchas fotos romanticonas de atardeceres y amaneceres, paisajes, pianos retratados en *flou* y b/n, fotos de una parte de su anatomía, nunca comprometidas. En resumen: mucho anonimato, nada sexual.

Tinder. Hay de todo, como en la botica. La mayoría de los usuarios y usuarias salen vestidos, pero los hay en bañador y en biquini. Las erecciones notorias bajo el calzoncillo solo las he visto en Grindr, jamás en Tinder.

Ofertas de sexo explícito

Grindr. Constantes. Prácticamente las recibí de todos aquellos con los que chateé (los pobres no sabían que en realidad chateaban con una mujer).

Wapa. Entre cincuenta conversaciones diferentes no hubo una sola.

Tinder. Creo que pudo ser el 30-49 por ciento de las conversaciones.

Ofertas de droga/venta de droga

Grindr. Un paseíllo virtual por los perfiles hace fácil encontrarlas.

Wapa. Nunca.

Tinder. En mi caso, nunca.

Ofertas de prostitución

Grindr. Desde los que se anuncian directamente como chaperos hasta los que me entraron con «te pago por una mamada».

Wapa. Nunca jamás.

Tinder. Me ofrecieron dinero prácticamente todos los ejecutivos en viajes de negocios a los que les sugerí que estaba dispuesta a follar por dinero.

Fotos de semidesnudos

Grindr. 85-90 por ciento.

Wapa. 0 por ciento.

Tinder. 20-30 por ciento.

Tipo de conversación

Grindr. Directa y sin tapujos siempre, preguntándome si era activo o pasivo y cuánto medía mi aparato genital. Cuando yo decía que no buscaba sexo y solo tomar un café gran parte interrumpía la conversación, pero varios accedían a café (nunca se lo tomaron).

Wapa. Muy larga, podía extenderse semanas. Algunas intentaban hablar conmigo cada día. Probablemente personas muy solitarias. Dispuestas a tener conversaciones extensas sobre literatura, cine y música.

Tinder. Mezcla entre las dos anteriores. Charla banal que luego va evolucionando hacia proposiciones directas. Muy pocos quisieron hablar de literatura.

Honestidad

Grindr. Brutal. El que está en pareja lo dice. El chapero lo dice. El que vende drogas lo dice. El que quiere un trío, el que no quiere ataduras, el que busca drogas. La verdad cruda.

Wapa. Así, así... El hecho de que la mayoría no reconozca las razones reales que les llevan a abrirse un perfil en la app ya es un indicativo. No encontré mujeres casadas, eso sí.

Tinder. Cero honestidad. Ni uno solo de entre los hombres casados lo reconoció.

DIFERENCIAS ENTRE APPS

	Grindr	**Wapa**	**Tinder**
Honestidad	*Nulo*	*Bajo*	*Cero*
Fotos	*Sin cara. Muchos cuerpos desnudos*	*Muchas fotos de hombres con los calzoncillos. Sin cara.*	*Muchas fotos de mujeres en actitud provocativa*
Sexo explícito	*Sí*	*No*	*No*
Venta de droga	*Sí*	*No*	*No*
Venta de prostitución	*Sí*	*No*	*No*
Edad	*Entre 25 y 40 años*	*Entre 20 y 40 años*	*Entre 18 y 40 años*
Tipo de relaciones	*Casi todas sexuales*	*Casi todas sexuales*	*Casi todas sexuales

amor ni del sexo. De hecho, las tres primeras entenderán como normal un matrimonio concertado, mientras que a la quinta la idea le parecerá una aberración.

Por lo tanto, mirando unas apps y otras, nos queda claro que **el género importa.** Pues aunque hombres y mujeres comparten el deseo de satisfacer, como seres humanos, la necesidad de amar, de fornicar, de vincularse, de experimentar y expresar el sentimiento amoroso y el deseo, la forma en que lo hagan estará notablemente influida por los rasgos estereotípicos asociados a las identidades masculina y femenina. Es decir, la forma en que hombres y mujeres aman y desean está muy condicionada por el sistema cultural propio de la sociedad particular en la que viven.

Lo primero que llama la atención en nuestra sociedad a día de hoy es que está claro que **los hombres**, **tanto heteros como gays, presentan una idea de lo afectivo y de lo sexual basada en la desconexión emocional.**

Esta desconexión entre amor y sexo se expresa de forma diferente si eres gay o hetero. Una desconexión expresada por la promiscuidad en los gays. Los heteros recurren, sin embargo, a la infidelidad, la hipocresía y la mentira como conducta aceptada y legitimada. **A los hombres les interesa follar más que amar, o esa es la impresión que transmiten**. Cualquiera diría que en el universo masculino una relación afectiva estable se percibe como algo negativo.

Esto queda muy evidente en Grindr, pero también en Tinder, donde la mayoría de los que interaccionaron conmigo dejaban muy claro que no buscaban pareja. Por no hablar de ese casi 50 por ciento de casados y emparejados que renegaban de serlo, y que hablaban de su matrimonio o relación de pareja como si se tratara de una pesada cruz que alguien ajeno les hubiera cargado a la espalda.

De forma inversa, se aprecia que **la importancia del vínculo de pareja estable todavía está muy presente en la idea de feminidad.** Las mujeres tienden a expresar mayores expectativas alrededor de la pareja y mayores sentimientos de frustración en el caso en de que estas no se hayan cumplido. Y más tendencia a establecer relaciones desde la dependencia emocional.

En el caso de las lesbianas, esta insistencia es muy evidente.

Llama la atención que en Grindr predomina sobre todo la búsqueda de sexo y en Wapa la de amor, afecto, compañía, intimidad. Si el universo gay es cien por cien masculino y el lésbico cien por cien femenino, entonces cada app (Grindr frente a Wapa) presenta los rasgos estereotípicos de la masculinidad y la feminidad tal y como esta sociedad los entiende. **El desapego emocional y la sexualidad rampante en los hombres, la búsqueda de comunicación íntima en las mujeres.**

Los hombres tienden a buscar sexo; las mujeres, conexión e intimidad emocional.

Es un hecho. Lo que no queda claro es por qué funciona así. ¿La razón es biológica? Puede, pero quizá sea social. Pensemos en un camarero de un club gay. Si el camarero se acostara cada noche con un chico diferente ¿los asiduos al bar le criticarían por ser promiscuo? No, al contrario: sería cada vez más admirado, y el hombre que consiguiera llevárselo para él solo e iniciara con él una relación monógama sería visto como alguien afortunado, que ha conseguido lo inaccesible. Más o menos lo mismo pasaría con el camarero promiscuo en un bar hetero.

Pero si se tratara de una mujer y un club heterosexual ella sería «una puta», «ligera de cascos», y «material follable» pero no el tipo de chica que le presentas a tus padres. Lo triste es que probablemente las primeras que hablarían así de ella serían mujeres. Sin embargo, en una webserie de culto entre la población lésbica española, *Chica conoce a chica,* la camarera del bar de lesbianas era muy promiscua y todas las mujeres la admiraban.

Por eso las mujeres hemos aprendido a ser muy cuidadosas en la elección de nuestras parejas sexuales. Nos jugamos nuestra reputación y quizá nuestro futuro. Y además, sabemos que quien folle con nosotras probablemente nos desprecie, no nos trate de igual a igual. Por eso en Tinder, por mucho que se diga, es muy difícil encontrar una mujer que solo busque sexo de una noche (las hay, no lo dudo, como las hay en cualquier bar, pero no hay más). Y en Wapa tampoco.

En cristiano: históricamente, el amor se ha asociado a lo femenino y eso supone que la soledad o la falta de pareja es para las mujeres una experiencia más conflictiva que para los hombres. Es decir, a las mujeres tradicionalmente nos han enseñado a valorar el

amor de pareja por encima de la amistad o el trabajo, y a los hombres les han enseñado sobre todo a realizarse a través de su trabajo. Y esta imposición cultural sigue siendo evidente en anuncios, series de televisión, revistas y webs. Por eso las mujeres buscan más comunicación que sexo.

Vivimos en una sociedad caracterizada por el cambio, la rapidez, la temporalidad, lo efímero, en un contexto marcado por la idealización romántica de la pareja, el individualismo, la libertad y la incertidumbre. En una sociedad en la que la intimidad de muchas personas está asociada a la inseguridad y la inestabilidad. En una sociedad en la que las familias se rompen y se desestructuran, las parejas se divorcian, el sexo está infectado en muchos casos y los amigos son relaciones de zapping. En una sociedad en la que muchos experimentan sentimientos intensos de soledad y estrés. En una sociedad en la que las relaciones de pareja están sometidas a deseos y expectativas crecientes.

En este modelo de sociedad se espera que una pareja sea amigo, amante, refugio, compañero y proveedor de estatus. Es decir: la pareja no solo asume connotaciones de refugio y paño de lágrimas, sino que su prestigio social hace que se convierta en una marca de éxito. El novio o novia debe ser buen compañero, excelente amante, apoyo moral y, además, debe quedar bien mono cuando uno lo lleva colgado del brazo.

En este contexto es normal que idealicemos el amor romántico para satisfacer nuestras necesidades afectivas. Pero la idealización supone una dificultad para hacer frente a los conflictos reales de la convivencia y de las relaciones interpersonales: **lo ideal de poco sirve en el terreno de lo real.** Especialmente en las personas más jóvenes, este ideal amoroso a menudo incentiva una búsqueda de relaciones dominadas por elementos como la pasión, la evasión y el descubrimiento constante. Y por eso se asocian monotonía, rutina y estabilidad a falta de amor.

Existe una necesidad generalizada de saber afrontar la soledad como parte de las experiencias vitales que nos afectan en el contexto de una sociedad cuyas relaciones se caracterizan por la fragilidad. No nos han enseñado a soportar la soledad, pero nos han hecho vivir en una sociedad en la que la soledad en muchas ocasiones es la norma. En una sociedad que devalúa aspectos como

la responsabilidad y el compromiso, que no facilita un desarrollo personal satisfactorio, y en la que la incertidumbre se ha impuesto de forma generalizada en la experiencia del amor y también del sexo.

Aunque la mayoría de los hombres y mujeres desean tener relaciones afectivas que perduren en el tiempo, lo cierto es que también la mayoría de ellos/as conciben el amor como algo cambiante, desligado de la voluntad, sometido al azar y a la incertidumbre, y que puede agotarse en un determinado momento.

La idea de un amor esencialmente romántico, caracterizado por la intensidad emocional y el placer que se pueda experimentar en el presente, hace que la relación tradicional y «para toda la vida» se devalúe. Una relación tradicional es incompatible con la lógica de la sociedad de consumo. Con la acumulación de bienes y la satisfacción inmediata. Como la lógica consumista valora la excitación y la novedad, y desprecia lo perdurable, se desprecia el amor y se exalta el enamoramiento.

Por eso demasiada gente considera que la relación de pareja termina de forma natural cuando el deseo se agota. Y eso lleva a que aparezca el conflicto en una relación de pareja tras la reducción de la atracción sexual. Especialmente si esto sucede en una pareja en la que hay intereses comunes muy fuertes: hijos, la construcción de un hogar, un vínculo de muchos años. La persona no quiere romperla, pero echa de menos el sexo.

La gran decepción llega cuando la relación de pareja se vive desde modelos o interpretaciones más estereotipados y tradicionales. Hombres y mujeres que han vivido matrimonios de larga duración dentro de una estructura muy rígida sienten que han perdido libertad, alegría, oportunidades. La diferencia está en que, por lo general, las mujeres llegado este punto tienden a divorciarse, y los hombres prefieren buscar fuentes de placer ajenas al matrimonio y clandestinas.

Vivimos en una sociedad fieramente individualista, que glorifica los ideales de libertad y autonomía. Pero la necesidad humana básica de vínculo y apego sigue ahí, bajo todo ese discurso de «porque tú lo vales», «porque te lo mereces» o «persigue tu sueño». En este contexto surge la necesidad de un mayor conocimiento sobre el amor y el deseo, sobre una nueva gestión de las emociones

que permita desarrollar una afectividad satisfactoria y a la vez respetuosa con las diferentes individualidades, necesidades, impulsos y deseos de cada cual.

La pareja no funciona porque en demasiados casos se construye sobre una extrema dependencia poco compatible con la individualidad, la libertad y la autonomía, o desde preceptos excesivamente románticos e irreales. Y el fracaso de la relación de pareja hace que cada vez más gente viva una soledad no elegida. La soledad a veces está bien siempre y cuando sepamos que hay gente allá fuera que nos quiere y a quien queremos. Pero es muy dura vivirla como algo impuesto. Porque no somos productos y nuestro corazón no es una marca blanca, como leí una vez en un artículo de Mireia Sabadell.

Cuando buscamos una mezcla de romanticismo y libertad en el ámbito de la pareja, la sometemos a la contradicción implícita entre *pasión/novedad* y *seguridad/durabilidad*. Porque la pasión, por su propia naturaleza, no dura, así que es una locura ir buscando una relación que sea a la vez pasional y permanente. Y así se va creando la percepción extendida del amor como algo que escapa a la propia voluntad, una situación que no depende de nosotros, que no elegimos, que nos viene del cielo, en forma de flecha de Cupido, en la que la razón no tiene nada que opinar.

En resumen la experiencia de la libertad y la autonomía personal no pueden vivirse en relación con un concepto de pareja asociado a la dependencia emocional y a la fusión de la propia identidad con la de otro. De ahí viene **la experiencia problemática que muchos viven en la relación de pareja tradicional, asociada a la monotonía y a la atadura, frente a un modelo más pasional y con menor nivel de compromiso**. La primera de ellas afectaría en mayor medida a las mujeres, que son claramente las que siguen buscando afecto, cuidado, ternura, compañía, intimidad. Mientras que la búsqueda de una relación de menos compromiso tendría mayor presencia en la experiencia masculina.

¿Por qué? Porque ambas búsquedas se integran en los valores dominantes de la feminidad y la masculinidad, respectivamente. La interiorización de estos valores señalaría la pervivencia del sistema tradicional de género en la experiencia y expresión del amor.

Es decir, a los niños se les enseña a no llorar, a no jugar con

muñecas sino al fútbol; a las niñas a ser cariñosas, a jugar con muñecas, a hacer ballet o gimnasia rítmica. Si un niño es asertivo, tiene madera de líder. Si lo es una niña, es una mandona. A quien me diga que no es así le invito a pasarse cualquier tarde por el colegio de mi hija: cero niñas apuntadas a judo, cero niños apuntados a ballet, y en las fiestas de disfraces todas las niñas vestidas de princesa y todos los niños vestidos de superhéroe. Sí, en el 2016.

Si solo interpretamos el amor buscando un beneficio individual y una excitación, es evidente que la pareja tradicional, basada en el sacrificio, pierde valor como institución social. De ahí el carácter cada vez más temporal y efímero no ya de las relaciones afectivas, sino de las sexuales. Hace menos de veinte años casi ninguna mujer que no fuera prostituta se habría planteado en serio la posibilidad de tener una relación sexual de una noche solo porque sí, por pasar el rato, porque no hay nada mejor que hacer. A día de hoy muchas mujeres aceptan que eso es lo que hay. Preferirían otra cosa, pero mientras tanto se conforman con lo que les llega.

Nadie dijo que fuese fácil desarrollar relaciones afectivas y sexuales en tiempos tan complicados. Las relaciones humanas son eso: humanas, y para ello necesitan de nosotros al cien por cien. Requieren tiempo, esfuerzo, trabajo, paciencia, valor y coraje, compromiso. Como seres sociales que somos, necesitamos de calor humano y nos resulta muy difícil aplicar la distancia de la era digital a unos vínculos que necesitan de contacto piel con piel, y la mentalidad consumista a algo que requiere estabilidad y tiempo.

En este contexto en el que tanta gente se siente tan sola, parece que haya que elegir entre dos modelos. El primero, la pareja tradicional de toda la vida, la pareja fusional, con sus roles rígidos, su pérdida de autonomía, de libertad e identidad, con su imposición de renunciar al sexo pasados unos años. El segundo implica el sexo sin compromiso, las relaciones de cleenex, el usar y tirar, el aquí te pillo aquí te mato.

Pero existe una tercera vía. Un camino que se abre a su vez a muchos otros caminos: porque entre el blanco y el negro existen muchos matices de gris.

Antes de seguir quiero aclarar que **existe mucha gente genuinamente feliz y satisfecha viviendo en matrimonios**

monógamos permanentes. Además, el reconocimiento y el fuerte apoyo social y legal del que disfrutan las parejas monógamas ofrece un nivel de seguridad y estabilidad que otros enfoques alternativos no podrán ofrecerte: matrimonios, pensiones, seguros de vida..., incluso ofertas de viajes o de líneas de teléfono móvil pensados para parejas.

Pero, por supuesto, el sistema monógamo NO funciona para mucha otra gente. Normalmente se asume que se trata de un fallo de la personalidad, o simple mala suerte. Mas no es así. Es un fallo del propio sistema, diseñado para que se adapte a toda la población, cuando es imposible que se pueda imponer de forma satisfactoria como universal.

Algunas personas son felices mezclando relaciones «ambiguas». Por ejemplo, las personas solas que valoran tener relaciones estables pero que no quieren casarse o vivir con su pareja, o introducirlas en el círculo de su familia de origen. O las personas cuya prioridad en la vida son sus estudios, su trabajo, el arte, los niños, etcétera, y cuya vocación les permite que el sistema las vea como solteras o monógamas sin encontrarlas raras o inadaptadas. O las parejas que son monógamas oficialmente pero no extraoficialmente, y que siguen el principio de «no preguntes, no cuentes», o «hacen la vista gorda». O las personas que mantienen relaciones a distancia, o que por cualquier otra razón no pueden verse durante largos periodos de tiempo (uno está en la cárcel, o en el ejército, o en Médicos sin Fronteras...), y que frecuentemente tienen o conceden permisos implícitos o explícitos para establecer relaciones adicionales.

La mayoría de nosotros adoptamos la monogamia de forma automática como un mapa para definir nuestros objetivos personales en las relaciones y en nuestro estilo de vida. La monogamia es el patrón para elegir pareja, para evaluar nuestras relaciones, y para juzgar las relaciones de los demás.

La parte «automática» es crucial: la mayoría de la gente no la cuestiona. La mayoría de nosotros —inconscientemente— aceptamos la premisa social de que la monogamia no es una cuestión de elección o preferencia, sino algo «natural» o incluso una fuerza «supernatural» en sí misma; una mezcla de física y magia. Simplemente se trata de lo que «ocurre de forma natural» en las «buenas» relaciones y cómo «se supone que deberían ser».

Nuestra sociedad, de forma activa, trivializa, ignora y demoniza otras elecciones o preferencias a la hora de manejar las relaciones íntimas. La relación estable y monógama te valida socialmente como una persona adulta, deseable y respetada. No tenerla —tanto si eres soltero como poliamoroso— te marca como una persona inmadura, defectuosa, dañada, o egoísta, no merecedora de confianza y, posiblemente, incluso peligrosa. Y por supuesto, en el caso de los poliamorosos, no apta para criar y/o educar niños.

Las relaciones que no requieren exclusividad sexual, o que dan la bienvenida abiertamente a parejas íntimas adicionales (poliamor y relaciones abiertas), suelen ser objeto de desdén, ridículo, sospecha, indignación y miedo.

Pero la ilusión o la pretensión de monogamia es mucho más común que la monogamia real. Mantener relaciones paralelas, íntimas o sexuales es una práctica comúnmente reconocida. Y en la mayoría de las sociedades, la nuestra sin ir más lejos, la infidelidad está moderadamente aceptada, sobre todo si la practica el hombre y no la mujer.

La infidelidad refuerza y, por tanto, reconoce, la jerarquía de la monogamia. Se asume que las parejas adicionales son vergonzosas. Se les deniega todo reconocimiento o derechos en la relación, y se espera que sean cómplices en la ocultación de esa relación «ilícita». El otro miembro de la pareja puede pretender que esas relaciones adicionales no existen o reservarse el derecho a explotar «justificadamente» en celos furiosos cuando se les enfrenta a la realidad.

La infidelidad es una salida a una relación compatible con la monogamia, porque a veces abre el camino a la monogamia sucesiva, y en ocasiones acaba por proporcionar una nueva relación monógama que sustituye a la que se desgasta sexualmente. Es el efecto liana: se pasa de una relación a otra, enganchando la primera con la segunda, sin pisar tierra en ningún momento.

Es importante reconocer que la monogamia es una cuestión de elección personal, además de una convención social. Cada uno de nosotros somos responsables del tipo de relaciones que tenemos. Las convenciones sociales y las presiones influyen en qué modelos de relación son más fáciles y proporcionan más validación y privilegios

sociales. Pero la elección final, en realidad, es personal. Nadie te pone una pistola en la cabeza para elegir hacer según qué cosas.

La tiranía de la monogamia consiste en que la sociedad no reconoce que se trata de una elección personal, y que existen otras alternativas válidas.

Este libro no pretende atacar a las personas que son felices en una relación monógama ni quiere acabar con su estilo de vida. Sí que pretende que esas personas acepten que existen otros tipos de relación. En última instancia, es la sustancia y la calidad, y no la estructura (a dos, a tres, a cuatro, en grupo), lo que debería determinar el éxito o el valor de cualquier relación íntima.

SEGUNDA PARTE
Amar de otra manera

Nuevas formas de amor. Alternativas éticas

Amor racional	
Mulín naranja	
Fantásticísimos	
No monógamos	
Fieles	
Enamorados pañoles	Amamos siempre
El amor todo lo puede	
Pagafantas	las casitas
Posipañeras	de vida

La segunda parte de este libro trata de todas las formas de amor que están surgiendo como alternativa a la pareja monógama tradicional. Esas formas de amor que atraen a los que se sienten solos, perdidos, desorientados, a los que sienten que ya no tienen en quien confiar, a los que buscan refugio, apoyo, pertenencia, cuidado.

El fracaso de las relaciones nos obliga a cuestionar un ideal romántico basado en la fidelidad sexual y en la promesa de «para toda la vida». Si bien es cierto que, debido a una socialización común característicamente romántica, quien más quien menos todos nos hemos sentido atraídos por vivir el ideal de pareja basada en los diez mitos románticos, al final mucha gente se siente frustrada y decepcionada. Y por eso triunfó tanto en España una canción que lleva el bonito título de «Me cago en el amor», de Tonino Carotone.

Todos los occidentales nos hemos criado con una idea del amor vinculada a una idealización de la pareja. Una pareja unida a la idea de «posesión» y asociada con el bienestar, la felicidad o el prestigio social. Lo más peligroso es que muchos no entienden la pareja como un fin en sí misma sino como un instrumento para alcanzar un fin, que sería la felicidad. Pero si tú no eres feliz, tu pareja no va a conseguir que lo seas. Esto que para mí es tan obvio

para mucha gente no lo es, porque las series de televisión, la publicidad y las novelas románticas han hecho que lo entiendas de otra manera.

La ideología romántica aparece de hecho como un foco de análisis importante. Pero muy especialmente para las mujeres. Cuántas mujeres de mediana edad conocemos todos que en momentos de crisis critican el modo en que idealizaron la pareja por considerarlo la causa de todas sus desdichas: no me dediqué a mi carrera, me casé con un imbécil, he perdido la juventud, etcétera.

Como hemos visto, en la actualidad la búsqueda de felicidad a través de la pareja hace que esta pierda su carácter estable. La duración de la pareja está determinada muchas veces por su capacidad para satisfacer las necesidades individuales de quienes la componen. Por eso tantas personas se separan, porque aunque se llevan muy bien ya no tienen sexo o no están enamoradas, algo inconcebible en tiempos de mi madre, cuando una mujer solo se podía separar (divorciarse era impensable) en caso de maltrato o de infidelidad evidente (si la infidelidad no se veía mucho, más valía aplicar el dicho de «ojos que no ven, corazón que no siente»).

Este rasgo de las relaciones amorosas convierte a los vínculos románticos en extraordinariamente frágiles. Si dos personas conciben como valores fundamentales la libertad y la autonomía personal es imposible que encajen en el ideal de pareja romántico que exige un control mutuo y una fusión de intereses.

¿Qué es poliamor?

Este libro trata de personas que han elegido vivir sus relaciones de amor de otras maneras. Entre ellos, los poliamorosos.

Poliamor es la filosofía no posesiva, honesta, responsable y ética y la práctica de amar a varias personas al mismo tiempo. No es un club de intercambio o de grupo, no es sexo recreativo o promiscuo

El sustantivo *poliamor* es un neologismo válido creado a partir del elemento compositivo griego *poli-* (‘pluralidad’) y el término *amor*.

Este sustantivo sigue el modelo de otros términos como

politeísmo, *politraumatismo*, *polifacético* o *polivalente*. De igual modo, es válido su adjetivo derivado, *poliamoroso*, que se obtiene añadiendo el sufijo *-oso*.

Asimismo, se recomienda la forma *poliamor* frente a la variante *poliamoría*, ya que la palabra *amoría* no se usa en español.

Finalmente, cabe decir que, aunque todavía no aparece recogido en los diccionarios de referencia habituales, el sustantivo *poliamor* sigue los procesos de formación propios del español, por lo que no es necesario resaltarlo con cursiva ni entre comillas.

Aclarado el término y su etimología, puntualicemos que se refiere al hecho de mantener más de una relación íntima, amorosa, sexual y duradera de manera simultánea con varias personas, con el pleno consentimiento y conocimiento de todos los involucrados. El individuo que se considera a sí mismo emocionalmente capaz de tales relaciones se define a sí mismo como poliamoroso, a veces abreviado como «poli».

Con frecuencia se describe el poliamor como «no-monogamia consensual, ética, y responsable».

La palabra se usa a veces en un sentido más amplio para referirse a relaciones sexuales o románticas que no son sexualmente exclusivas, aunque existen desacuerdos acerca de cuándo debe emplearse el término. Cada persona poliamorosa que he conocido me lo definía de una manera diferente, y algunas personas claramente poliamorosas ni siquiera sabían que lo eran hasta que yo se lo hice notar.

En este libro yo me limito a recoger testimonios, pero no doy el tema por cerrado, en absoluto. Seguro que hay quien me dice que, en su experiencia, el poliamor es algo completamente diferente. De la misma forma que para cada cual su concepto de lo que es Dios, «la buena literatura» o «la música dance» varía mucho. Pero habrá quien se vea reconocido en las historias que cuento.

Porque no es tan fácil despertarse un día y decir «hala, desde hoy soy poli». Desde la ruptura formal de la monogamia hasta la construcción de relaciones no monógamas y consensuadas se pasa por muchas etapas. Por muchas dudas, conversaciones, roces, conflictos, complejo de culpa, chantaje sentimental, miedo, pasitos adelante y saltos atrás. Cambiar de paradigma y de modelo implica dolor, vulnerabilidad, pero también cuidado, vínculos, empatía,

aventura, descubrimiento, libertad.

Cambiar de modelo implica empezar a redefinir dónde están nuestros límites, nuestros dolores, nuestros anhelos, nuestros sueños, nuestras fantasías. Y saber al servicio de quién queremos ponerlos. Quien se arriesga tiene que hacer camino al andar; el camino no está pavimentado y casi ni siquiera trazado: no está hecho, ya que ha sido poco transitado. En ese camino se puede ir acompañado por compañeros de viajes ocasionales o permanentes, y aunque no se debería llevar mochila, el caso es que siempre se carga con una al empezarlo. Una mochila cargada de educación, de religión, de complejo de culpa. De discusiones, de gente que no te entiende. De miedo, miedo de gente que te ataca precisamente porque te tiene miedo. De clandestinidad, porque escondes parte de tu vida a otros. De aventura, del placer de enseñar a otros rincones y tesoros escondidos. Pero el camino, como el de Santiago, tiene el poder de transformarte y de transformar a otros.

Hay que tener cuidado porque desde que el poliamor se ha puesto de moda hay quien echa mano del término para justificar una infidelidad. La examante de un amigo le decía que ella era poliamorosa de corazón pero que como sabía que su marido nunca lo aceptaría «no tenía más remedio» que engañarle. Al parecer, ella nunca había hablado con su marido sobre qué tipo de relación era la que él verdaderamente quería porque «él era demasiado tradicional y cerrado de mente como para entenderlo». A la pregunta que le hizo mi amigo: «¿qué sentirías si fuese él quien tuviese una relación con otra persona?», su amante respondió convencida que «eso era imposible» porque «su marido simplemente no haría nunca algo así». Escribo la historia con protagonista femenina, porque en el caso al que me refiero ella era mujer. Pero dadas las características de la sociedad en que vivimos, el que quiere ser poliamoroso pero no se lo quiere contar a su esposa suele ser un hombre. Defiende el poliamor con sus muchos amores, pero no con su legítima.

No siempre es fácil definir exactamente lo que es poliamor, pero es bastante fácil decir lo que no es: el poliamor nunca es engañar ni manipular, ni mentir. Nunca se traduce en un desprecio de los acuerdos establecidos con las personas a las que amas, y no, tampoco es posicionarse en contra de la gente monógama ni pensar

que están menos evolucionados que tú y que tú estás, de alguna manera, en posesión de una Verdad Revelada a la que ellos —oh pobres seres menos evolucionados— no han tenido acceso.

El poliamor implica el consentimiento y conocimiento de todos los involucrados pero no es una ciencia exacta. Hay infinitud de formas de aceptarlo y vivirlo y no todas las relaciones (ni poliamorosas ni monógamas) siguen los mismos principios ni exigen conocer los mismos datos sobre lo que hacen o dejan de hacer sus diferentes parejas cuando no están junto a ellos. No todas las personas poliamorosas tienen las mismas ideas políticas. No todas creen en el poliamor como un desafío al heteropatriarcado o al capitalismo. Y no todo el mundo «nace poliamoroso».

Con el tiempo las acciones que realizamos se convierten en nuestras identidades. Cómo actúas es cómo acabas siendo. Si actúas amablemente, eres amable. Si estás en pareja monógama, eres monógamo. Si entras en un mundo poli, eres poli.

Todo el mundo puede ser potencialmente monógamo o decantarse por el poliamor.

Poliamor y política

Creo que también es muy importante decir que en este libro no he querido abordar el poliamor desde su vertiente política. Como bien me contaba Piluca, que aparece más tarde:

> «Cuando estábamos en la facultad sí que conocimos a gente que ya vivía en trío, o en comuna, con todo lo que eso tenía de iniciático y subversivo en los estertores del franquismo y los primeros pasos de la democracia. Y mostrando también el pulso entre tradición y ruptura de la burguesía española de la época. Eran rollos de corte trotskista, con mucho panfleto de abolición de la propiedad privada y ruptura de la tradición burguesa y mucha ideología por medio. La gente se acercaba a ellos desde la teoría y les acababa devolviendo siempre la cruda realidad: la angustia, los celos, la competición. Pero nosotros entramos en nuestra relación desde el amor, desde la amistad, no queríamos probar ninguna teoría política ni protestar contra nada. Por eso creo que lo nuestro funciona».

Es importante porque en muchos de los grupos de lesbianas con los que hablé la idea de poliamor tenía un fuerte componente

político. En muchos casos lo tiene, pero en muchos otros las personas con las que hablé habían acabado en relaciones abiertas, en tríos en círculos, en redes conexas simplemente llevados y llevadas por su afán de curiosidad, de experimentación y de libertad, o porque se habían enamorado. Yo soy consciente de que existen muchos círculos de poliamor y muy organizados que tratan el tema como una apuesta política, llevando al extremo el axioma de «lo personal es político». Pero gran parte de las personas que entrevisté no lo vivían así.

De cualquier forma el poliamor, de forma consciente o no, siempre supone una apuesta política, dado que cuestiona de forma radical los valores tradicionales de la sociedad.

En el fondo de la estructura de pareja monógama late siempre una cuestión moralista. Cuando pensamos en que a una mujer marroquí, hindú o guatemalteca su marido le puede prohibir hablar con otros hombres, a no ser que sean de la propia familia, lo encontramos aberrante, un maltrato. Sin embargo, si un marido occidental exige que su mujer solo se acueste con él, lo vemos lógico. Porque de la misma manera, al tiempo que pensamos en el amor como un sentimiento exclusivo, pensamos en el sexo más como un vicio que como una parte esencial del ser, necesaria y constituyente de la vida. Entendemos las palabras como algo limpio y el sexo como sucio. Por esa razón podemos prohibir que una persona folle con otros, pero no que hable con otros. Alguien que apueste por el poliamor está subvirtiendo esa jerarquía moral.

El triángulo amoroso que forman la monogamia, la fidelidad y el amor romántico usa términos de propiedad y posesión para definirse. «Eres mío», «yo soy tuya», «te lo he dado todo», «te debo la vida», «me robaste el corazón», «voy a conquistarla», «te pertenezco», «me las pagarás». Y las palabras, lo sabemos, no son inocentes.

Si nuestro impulso romántico busca la media naranja, una vez que logramos ser naranjas completas la otra persona nos pertenece. O, al menos, pertenece a ese cítrico perfectamente redondo que formamos como dúo. Así, como propiedad, si nuestra mitad tiene relaciones sexuales o afectivas con otras personas nos está quitando algo que nos pertenece. Esto es lo que ocurre cuando entendemos el amor como propiedad, y nos guiamos por una lógica capitalista de

acumulación de bienes.

Pero el Amor, con mayúsculas, no es un bien escaso. El amor debería sumar, no restar. En lugar de definirlo como un bien, desde la lógica capitalista, lo veríamos como energía renovable. Que no te mengua, sino que eleva tu potencia y te hace grande. En realidad, por mucho que nos lo hayan enseñado así, amar a una persona no impide amar a otra. Si amo a dos, no se resta el caudal de amor, sino que se suma.

Del mismo modo que la posesión de los cuerpos y deseos ajenos forma parte del capitalismo emocional, la utilización de los cuerpos y deseos ajenos también es capitalismo emocional. Desear poseer a alguien en exclusiva es capitalismo emocional. Usarlo para una noche, como si fuera una muñeca o un muñeco hinchable, también. Desvincularse de los cuerpos o de los deseos del otro implica cosificación, forma parte del usar y tirar tan propio de la sociedad capitalista: las personas y los cuerpos como puro objeto de consumo, como instrumentos.

Para muchos colectivos el cambio de paradigma que propone la ruptura de la monogamia obligatoria implica el compromiso final, el que late en el fondo de los compromisos políticos, ideológicos y sociales. Implica cuestionar la lógica de un sistema consumista y capitalista, y hacerlo desde la esfera más íntima.

La crítica poliamorosa a la heteronormatividad (es decir, a la idea de que una relación sexual y afectiva debe enmarcarse en el contexto de una pareja monógama, y a poder ser heterosexual) puede llegar a ser más profunda de lo que muchos poliamorosos se imaginan.

El sistema en su totalidad (en su parte legal, política, educativa, mediática) impone la forma en que nos relacionamos con los otros, de acuerdo con unos esquemas que sirven y funcionan para mantener un control social que beneficia a pocos.

De ahí que desde el poliamor se puedan abordar críticas y propuestas respecto a la forma en que nos relacionamos con las personas a nuestro alrededor y sustituir esa normalidad que nos tratan de vender los medios y el sistema.

El poliamor ha descubierto su potencial «revolucionario» en estos tiempos de agitación política porque modificar lo establecido en cuanto a relaciones significa modificar nuestro entorno de

manera política, económica y educativa.

Se trata de que no te impongan a quién debes querer, desear o apoyar. Evidentemente, la persona que cuestiona parte del funcionamiento de una sociedad acabará en muchos casos cuestionando todo el funcionamiento de la sociedad en su conjunto.

También tiene toda su lógica que la parte más política del poliamor, y para algunos el poliamor mismo surgiera desde el movimiento feminista. Al fin y al cabo, la exigencia de fidelidad siempre ha sido para la mujer mucho más que para el hombre. Sin ir más lejos hasta 1963 el Código Penal español contemplaba el «derecho» del marido a matar a la mujer en caso de adulterio. Pero, atención, el caso inverso no se contemplaba. Si la ofendida era la señora, la ley no le asistía en su derecho de vengar la ofensa.

Ya el Código Penal de 1870 recogía en su texto la fórmula de la «venganza de la sangre», una facultad criminal concedida a los padres y maridos para matar a sus hijas y esposas, y a los hombres que yacían con ellas. Los antecedentes se remontan al Derecho gentilicio romano, a una ley promulgada por el emperador Augusto que introduce legalmente la pena por adulterio para la mujer casada (que no para el hombre), y a dos textos de Papiniano que muestran el derecho del paterfamilias de matar al cómplice del adulterio, e incluso también a su misma hija.

Este «privilegio de la venganza de la sangre» fue reintroducido por la dictadura de Franco y revisado en 1963, eliminándolo del Código Penal.

Hasta 1975 el Código Civil impedía a la mujer disponer por ley de sus bienes, aceptar herencias, comparecer en juicio, contratar, ser tutor... Además, no podía elegir el domicilio conyugal ni su nacionalidad, que sería la de su marido. Pero el marido seguía conservando la patria potestad y la administración de los bienes gananciales, y podía disponer de los bienes muebles, valores o cuentas aunque los hubiese ganado la mujer con su trabajo.

Hasta 1970 el padre podía dar en adopción a los hijos sin el consentimiento de la madre, y hasta 1972, las hijas mayores de edad pero menores de veinticinco años no podían abandonar la casa de los padres sin su consentimiento.

A día de hoy Naciones Unidas estima que en el mundo más de veinte mil mujeres mueren al año víctimas de sus propias familias

quemadas vivas, apedreadas hasta la muerte, lapidadas, electrocutadas, estranguladas o tiroteadas. Por una sencilla y espeluznante razón: han tenido sexo fuera de los límites establecidos por los hombres de su familia.

Son las víctimas de los llamados «crímenes de honor», cometidos por sus familiares al considerar que habían mancillado el honor de la estirpe, por lo que debían pagar con su vida por la afrenta. Su sangre limpia el deshonor. Las causas son variadas: adulterio, homosexualidad o, incluso, haber sido violadas. Matar por honor es una práctica arraigada en multitud de sociedades del mundo. En muchas de ellas la ley ampara estos asesinatos o reduce las penas a los ejecutores.

La denominación de «crímenes de honor» se reduce al entorno islámico, pero este tipo de asesinatos se perpetran en el resto del mundo bajo la clasificación de «crímenes pasionales». El problema es mucho más global. Bajo este prisma, Latinoamérica es uno de los lugares peligrosos para las mujeres. En el subcontinente, los crímenes hacia las mujeres ligados a motivos machistas se perciben como «excusables» o «comprensibles», según los datos de Human Rights Watch. La Comisión Interamericana de Derechos Humanos apoya esta tesis asegurando que en países como Brasil estos asesinatos suponen un 3 por ciento de los crímenes contra las mujeres.

A día de hoy esta idea sigue permeando en nuestra sociedad. La infidelidad femenina está peor vista que la masculina. La mujer promiscua está peor vista que el hombre promiscuo (nadie le llama a un hombre promiscuo «zorro», «puto», «guarro», «guarrillo» o lindezas similares porque tenga más de un amante). Y lo cierto es que el sexo se sigue asociando al orgullo y al honor. Cuando un chico joven se queja porque su novia se ha ido con otro, en general de su discurso podemos deducir que le duele no tanto el abandono como el orgullo. Sí, seguro que se trata de una generalización, pero escuche usted las letras de los raperos más vendidos en inglés, francés y español, y entenderá de lo que hablo.

Estando así las cosas ¿nos extraña que las mujeres sean las más interesadas en eliminar de la ecuación del amor los términos pertenencia, posesión, orgullo y honor?

Por otra parte, se supone que el poliamor es una decisión

tomada por parte de personas que se han decidido a contravenir normas. Por eso me resulta tan raro que haya grupos de personas que quieran encerrar el poliamor en un entorno normativo. En plan «mi visión del poliamor es la buena, la tuya no». Mientras recababa información para este libro he leído cientos de post en webs y *sites* que intentaban dotar al poliamor de un marco teórico y un subtexto político. No dudo que ese subtexto exista, pero la gran mayoría de las personas que me contaron sus historias no estaban concienciadas políticamente ni habían decidido amar de forma diferente porque creyeran que iban a cambiar el mundo. Simplemente se dejaron llevar por sus emociones, por sus fantasías o por sus deseos. No intelectualizaban tanto sus actos.

Ética, honestidad y transparencia con todos los involucrados

El término poliamor se usa de forma general para describir varias formas de relaciones múltiples ya que las prácticas poliamorosas son diversas y reflejan las elecciones y filosofías de los individuos involucrados.

Es decir, relaciones muy diferentes pero con dos puntos en común:

1. **no se exige exclusividad sexual y**
2. **no se miente a otra persona, tampoco se la utiliza como objeto sexual o se la manipula para conseguir tener sexo con ella.**

En un mundo ideal, el poliamor sería una utopía de nubes de algodón rosa y unicornios de cuerno purpurinado que triscan sobre el arcoíris. Pero el mundo no es justo. Algunas incautas teníamos la firme convicción de que si éramos claras y honestas en nuestras relaciones, si manteníamos una comunicación abierta y fluida, si estábamos atentas a los cuidados, recibiríamos lo mismo. Pero no podemos dar por hecho que todas las personas son conscientes de sí mismas, que no les cuesta hablar de las emociones, que tienen trabajada la asertividad, que saben lo que quieren y saben expresarlo con claridad, y que no tienen miedo al conflicto sino que

lo ven como una oportunidad.

Cuando uno entra en relaciones poliamorosas lo que tiene que conseguir es que cada una de sus relaciones se sienta especial aunque no sea la única. Para eso hace falta tomar consciencia de cómo eres, de tus límites personales, de lo que puedes asumir y lo que no. Y para muchos no es un trabajo fácil ni ameno. A veces es doloroso, sin respuestas fáciles. Pero para muchos todavía resulta más doloroso quedarse en la monogamia. Asumir los modelos establecidos por supuesto que te hace la vida más fácil, pero te da menos libertad. En cualquier caso, lo que quiero expresar es que, como en casi todos los campos en la vida, una cosa son los ideales y otra la cruda realidad.

Poliamor como estado permanente o no

El término «poliamoroso/a» se puede referir a la naturaleza de una relación en algún punto en el tiempo o a una filosofía u orientación relacional que marca una identidad.

Es decir, que se refiere tanto a personas que son poliamorosas hoy pero quizá no lo sean mañana como a las que tienen muy claro que lo van a ser toda la vida. Creo que el primer caso es el más común: ayer vivía en una pareja monógama, hoy vivo en una pareja abierta, en un trío, en un círculo... Mañana no sé lo que haré.

Las personas poliamorosas creen (y lo demuestran en su día a día) que ideas preconcebidas frecuentes, como que las relaciones poli son menos estables y más problemáticas o que crecer en una familia poli afecta negativamente al desarrollo psicológico de los niños, son completamente infundadas.

Poliamor en el armario

Muchas personas poliamorosas se sienten aisladas, y algunas ni siquiera saben que lo que hacen o quieren hacer tiene un nombre. También es frecuente sentir vergüenza, culpabilidad o inadecuación por vivir un estilo de vida que la sociedad en conjunto suele considerar inviable, egoísta, cobarde, infantil o emocionalmente

trastornado.

Las personas que llevan una vida poli en muchos casos no pueden hablar con sus amistades de los problemas que tengan en sus relaciones porque a los demás les parece que el problema es la relación en sí misma, el hecho de que sea poliamorosa. No lo pueden contar en el trabajo, o tampoco a su familia. Se encuentran con que casi todo en esta sociedad está diseñado para dos. No hay habitaciones de hotel pensadas para tres adultos, no se contempla la unión civil de más de dos personas. A día de hoy Ismael, cuya historia aparece más tarde en este libro, puede contar en su trabajo que es gay y también en las cenas familiares, pero no les puede detallar que mantiene relaciones simultáneas con varios hombres, pues le tacharían de pervertido.

No conozco a ningún poliamoroso/a que haya salido por completo del armario y hable de su vida privada en el trabajo, en la familia y en cenas con desconocidos. Una pareja monógama, sin embargo, sí puede hacerlo. No es lo mismo decir: «Pues el verano pasado me fui con mi pareja a Portugal» que «el verano pasado me fui con *mis dos novios/mi círculo/mi relación primaria y mi relación secundaria* a Portugal».

Gran parte de la gente poli lo mantiene en secreto, y se lo cuenta solo a las personas de más confianza para evitar la discriminación en el trabajo, las discusiones familiares o problemas con la custodia de sus hijos.

Muchas de estas personas viven «en el armario» y no se atreven a hablar públicamente de su estilo de vida. En ese sentido, viven tal y como vivían los gays y las lesbianas hace veinte años.

Para poner un ejemplo: la autora de este libro tuvo que enfrentarse a un juicio para dirimir la custodia de su hija. El argumento que utilizó el padre de la niña para demandar la custodia fue que la madre era «bisexual y promiscua» y que por esa razón vivía en «un ambiente desquiciado e inestable» que iba en detrimento de la estabilidad mental de su hija. El hecho de que una abogada presentara la demanda y un juez la admitiera dice mucho de cómo ve la sociedad en la que vivimos a las personas que han decidido tener relaciones de amor alternativas a la pareja monógama. Si la autora del libro hubiera sido lesbiana viviendo en pareja nadie hubiera cuestionado su estabilidad mental.

Y es que a día de hoy cualquier persona que viva una vida sexual y afectiva no monógama es inmediatamente patologizada: «adicta al sexo», «fóbica al compromiso», «inmadura» o «cobarde».

En nuestra sociedad la mayor parte de la gente considera la monogamia como la única opción viable y para muchos es incluso la única opción ética, sobre todo cuando hablamos de familias con niños. El movimiento poliamor se encuentra en una fase comparable al movimiento gay hace varias décadas, luchando por ser más visible en la sociedad, por ser aceptado como una opción legítima y por tener los mismos derechos que las parejas monógamas.

El poliamor es actualmente una opción poco conocida, pero no es minoritaria. Es algo que descubrí cuando empecé a escribir este libro. Muchísimas más personas de las que yo sospechaba habían vivido relaciones a tres o a cuatro, tenían acuerdos de pareja abierta, formaban parte de círculos, de redes o de comunidades swingers. Pero no lo contaban. Incluso si se trata de opciones que no dañan a nadie (y que hacen felices a muchas personas) sentían miedo de contarlo, y tenían que llevarlo oculto. Los había pijos y canis, veinteañeros y mayores de sesenta, politizados y apolíticos, lesbianas, gays, heteros, bis y pans. Pero todos tenían un denominador común: el miedo y el secreto.

Mientras en otros países, especialmente del norte de Europa, el poliamor se vive muy abiertamente, en España se lleva en silencio y la máxima es que no se entere nadie. En el sur dependemos mucho de la familia y el entorno más cercano, y es esta dependencia la que hace que no nos salgamos de la norma para asegurarnos que estarán a nuestro lado. Dependencia emocional pero en muchos casos también dependencia económica. En España, a diferencia del resto de Europa, las parejas dependen de los abuelos para el cuidado de los niños, o para que paguen los colegios. Y son los abuelos en la mayor parte de las ocasiones los que han pagado la entrada de la casa en la que viven.

¿Está de moda?

Si buscamos en Google Analytics las búsquedas en Internet de los

términos poliamor, polyamor y poliamoría, se puede ver que el interés por el poliamor se desata de manera muy muy marcada en octubre de 2006 y también es obvia la tendencia a que se hable más y más de él. Hoy día, en el que el tema «está de moda», cualquier web de Internet sabe que un artículo sobre el poliamor va a ser el más leído del mes.

Pero el poliamor no es una moda. ¿Está de moda? Sin duda. Pero eso no quiere decir que vaya a ser una moda pasajera.

Puede sonarnos a una galaxia muy muy lejana, pero vivimos en un país en el que, según los últimos datos del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) de 2008, el 20 por ciento de los españoles, hombres y mujeres, han tenido alguna relación sexual extra-matrimonial. En otros párrafos de este libro cito encuestas elaboradas por centros privados que arrojan conclusiones parecidas

Estando así las cosas ¿por qué nos parece tan raro que haya parejas en las que las relaciones extramatrimoniales estén permitidas explícitamente? Según las últimas investigaciones, al menos el 5 por ciento de la población estadounidense está inmerso en algún tipo de relación amorosa no monógama. Esto es, como venimos explicando, consentida, conocida y respetada. Lo más probable es que en España el porcentaje sea parecido.

Es curioso que se respete más a la persona infiel que a aquella que mantiene una relación abierta o varias simultáneas. Estas actitudes o creencias sociales nos llevan a plantearnos qué es verdaderamente la confianza o el significado real de la fidelidad.

Hay algo directamente relacionado con la honestidad y el esfuerzo emocional en el poliamor que hace que se fomente el autoconocimiento, la confianza y la comprensión, y una comunicación emocional honesta en la que no se juzgan las experiencias que hayan tenido o tengan una u otra parte.

El poliamor es la forma de entender las diferentes opciones individuales y puede ser el camino hacia estructuras sociales más amplias. Desde hace décadas, las formas de organización familiar están cambiando. Nos rodean familias reconstruidas, gays, monoparentales y, aunque menos común que cualquiera de las anteriores, familias poli.

Tal vez estas no sean resultado de las elecciones de los individuos, sino una señal de que los fundamentos económicos y

políticos de nuestra sociedad están en proceso de cambio.

Tipos de estructuras poliamorosas

Parejas abiertas

El doctor José Díaz Morfa, psiquiatra y presidente de la Asociación Española de Sexología Clínica, maneja estudios que afirman que entre el 5 por ciento y el 8 por ciento de las relaciones estables podrían considerarse como parejas abiertas, en las que el sexo con terceros se consiente.

«Observo en mi consulta que las personas con capacidad para tolerar la frustración; para confiar en sí mismos y, por lo tanto, en la pareja; de ser empáticos y de explorar emociones propias a través de la intimidad tienen más posibilidades de crear vínculos afectivos y una relación sólida. Así funciona también en una pareja abierta, que tiene tantos riesgos de fracaso como cualquier otra. Lo importante son las reglas entre ellos, sobre todo las inconscientes, que son las que más influyen».

El concepto de pareja abierta distingue entre relación «primaria» y relación «secundaria» o relaciones «secundarias». La mayoría de las alternativas incluyen arreglos en los cuales la relación primaria es combinada con relaciones secundarias más desapegadas. Se entiende que la relación primaria disfruta de privilegios que las demás no tienen.

Una pareja abierta no significa que no se establezcan normas. El acuerdo entre ambos ha de ser claro y debe recoger los aspectos en los que se van a basar tanto la relación propia como las ajenas. No se trata de reglas sociales, sino las que ellos establecen. Lo que se viene llamando «el privilegio de pareja».

Privilegio de pareja en el contexto de relaciones y comunidades no monógamas es aquella presunción socialmente aceptada y sancionada por la que los vínculos de pareja (como el matrimonio y otras formas de vinculación vitalicia de carácter principal) obtienen preferencia o se leen como más importantes o

como mejores en contraposición a otro tipo de vínculos íntimos, afectivos o sexuales. En la mayoría de los casos esta priorización surge de manera espontánea y no tiene por qué venir acompañada ni de negociación de compromisos ni de consentimiento. Es decir, se entiende que la pareja va a disfrutar de más derechos que un tercero. Que si yo tengo un novio fijo él irá siempre por delante de mi relación secundaria.

Pero de ser así ¿no estoy utilizando a esa segunda persona? El privilegio de pareja es un tema muy cuestionado. Hay quien afirma que, si una comunidad se jacta de basarse en valores como la honestidad, la coherencia, el respeto, la justicia y el comportamiento ético, no tiene sentido que haga discriminaciones entre amores «con derechos» y amores sin ellos.

En términos generales, el privilegio de pareja se manifiesta corpóreamente en ventajas sociales, legales y financieras socialmente convenidas y automáticamente aplicadas (tanto implícita como explícitamente) a parejas que se presentan públicamente con un acuerdo monógamo, especialmente como parejas principales. Expliquemos esto: si Ana y Julio están casados y han convenido tener una pareja abierta, el uno y el otro podrán disfrutar de pensión de viudedad, de exenciones fiscales o de descuentos por pareja, incluso de una tarifa especial de teléfono móvil. Pero si Julio tiene otra relación a la que, en principio, ama con la misma calidad e intensidad que a Ana, esa tercera persona no disfrutará de dichos privilegios.

En las relaciones abiertas y poliamorosas, el privilegio de pareja influye internamente entre las personas que forman parte de esa relación. Por ejemplo: no dormir en casa de terceros, no mantener determinadas prácticas sexuales con terceros, no mantener relaciones con terceros sin preservativo, no viajar con terceros, que los fines de semana sean exclusivos para la pareja, que la casa y el dormitorio sean espacios íntimos que solo la pareja pueda compartir... O cualquier otro pacto que se establezca. Esto supone que cualquier tercero o tercera que se añada a esa pareja no disfrutará de esos derechos. Se establece por tanto una jerarquía entre relaciones primarias y relaciones secundarias.

Los pactos más comunes son:

El veto de exclusividad de ciertas prácticas íntimas o sexuales únicamente para parejas principales. Por ejemplo: no se puede besar a otros en la boca, o practicar el sexo anal, o lo que a usted se le esté ocurriendo. El veto funciona como medio para refuerzo de jerarquías (yo soy más importante que tus otras relaciones) o de adaptación a la inseguridad (como tengo celos y me siento inseguro, exijo que se reserve algo solo para mí). En otros casos se trata estrictamente de motivos de salud o planificación familiar: usar preservativo. También puede usarse, si la pareja vive con niños, para no introducir a terceras personas en el hogar de los niños, y en ese caso se establece que ninguna de las relaciones secundarias entrará en el hogar familiar.

La presunción, que se diferencia del veto en que no tiene por qué conllevar consentimiento previo. A partir de la presunción de las necesidades, deseos, horarios y preferencias de la pareja principal (o de ambas partes de la misma pareja), sus miembros obtienen preferencia de manera automática frente a aquellos miembros del resto de parejas no primarias en cualquier situación. Por ejemplo, se presume que la pareja principal se irá de vacaciones cada verano, o que irán a cenar cada uno a casa de los padres del otro en Nochebuena y Nochevieja, o que pasarán los fines de semana juntos, o que ninguno dormirá nunca fuera del hogar.

El privilegio de pareja puede implicar en muchos casos un riesgo desproporcionado para las parejas no principales dentro de relaciones abiertas o poliamorosas. Se espera de la pareja secundaria que supedite sus necesidades a las de la pareja principal. Y en muchas ocasiones se les oculta, no se les presenta ni a familia ni a amigos, y se les pide que guarden el secreto, incluso en relaciones largas. En ese sentido, la pareja abierta no se diferencia en nada de una pareja tradicional en la que una de las partes o las dos tienen amantes. Es la infidelidad de toda la vida, con la diferencia de que tu pareja lo sabe. Pero no seamos inocentes, en la mayoría de los casos de infidelidad en una pareja tradicional la pareja suele saberlo, y en muchos casos prefiere fingir no haberse enterado. La mayoría de parejas aparentemente monógamas en realidad no son tales. Es estadística pura.

Una pareja abierta que saliera del armario se podría enfrentar a muchos problemas. Una multinacional de alto nivel y estilo

conservador no va a contratar a un alto ejecutivo que acuda al cóctel de empresa acompañado de sus dos relaciones, y la gran mayoría de las familias de origen no van a aceptar la situación. Una pareja abierta que no solo afirme clara y rotundamente su condición sino que además acuda a actos sociales acompañada de sus otras relaciones arriesga la pérdida de prestigio social y exclusión de amistades, familia u otras redes y comunidades. ¿Acudiría acaso usted a la comunión de su sobrino, a la cena de Navidad de su empresa, a la reunión de su comunidad de vecinos, acompañado por su mujer y la novia de su mujer? ¿Se arriesgaría a presentarlas como tales?

El problema con el privilegio de pareja es que si se establecen relaciones profundas lo normal es que las relaciones secundarias se quejen. Si una pareja abierta lo es en tanto que Menganito de vez en cuando se va de putas y Fulanita liga con alguien por Tinder cuando está aburrida, no se trata de poliamor en el sentido estricto, sino que Fulanito y Menganita estarán utilizando a unas personas para satisfacer sus necesidades sexuales. Y si una pareja abierta incorpora a otras personas como relaciones secundarias, esas personas se pueden sentir muy dolidas si sienten que les tratan como a relaciones de segunda clase, que se les considera de menor importancia. Lo sé porque lo he vivido.

La presunción y el veto son la muestra de que no es necesario tratar a la gente de manera justa. Y ojo, *justa* no es necesariamente lo mismo que *igual*.

Yo misma he mantenido casi siempre parejas abiertas, antes de que supiera siquiera que dicho concepto existía. Cuando tenía quince años mi entonces novio se fue a pasar un mes a Reunido Unido. Volvió todo compungido contándome que se había liado con una inglesa, que llevaba por nombre el muy florido de April. La verdad es que yo no entendí el problema: yo no estaba allí, no había visto nada, entendía que el chico había pasado un mes sin verme, nunca he sido particularmente celosa, así que ¿a qué venía tanto drama?

Mi siguiente novio era músico y tocaba cada fin de semana en una ciudad diferente. Yo sabía de sobra lo que pasaba después de cada concierto. No me hacía falta conocer nombres y detalles. Nunca me importó, yo valoraba el tiempo en el que estaba con él. El

que no compartíamos no me afectaba.

De la misma manera la gran mayoría de mis parejas se han basado en esa premisa de la libertad de cada cual. Solo una persona me exigió un compromiso de fidelidad. Como estaba muy enamorada, decidí aceptarlo. Él no lo cumplió, yo tampoco. Fuimos pareja abierta pero hipócrita.

Puede que yo me haya socializado en ambientes muy particulares o puede que sea también una persona muy particular. Lo que sé es que nunca he sentido celos de ese tipo porque nadie me los ha enseñado. Mi padre y mi madre discutían por muchas razones: política, dinero, cocina..., pero nunca por celos. Jamás vi a mi padre controlar a mi madre ni viceversa. Mi madre tenía un grupo ingente de amigas y cantaba en un coro, y mi padre tenía sus reuniones políticas. Ambos tenían vida social activa al margen de la pareja, y ninguno de los dos hizo el menor intento de control sobre el tiempo del otro. Y hago constar que mi madre ha sido una belleza muy alabada en su día. A mi padre no le importaba lo más mínimo que eso se comentara y nunca he escuchado que le dijera a mi madre que no usara esta prenda o tal otra. Quizá por eso yo no he sentido ese tipo de celos. No los he aprendido en casa, y creo que los celos tienen un enorme componente social y aprendido. Hay quien me dice que existe un componente genético, pero sinceramente no creo que sea así. Así que no, nunca me ha costado tener parejas abiertas. Ni siquiera he tenido que negociar «privilegio de pareja» alguno. Si las personas que estaban conmigo querían estar, muy bien. Si no, era su problema.

El tener una relación cerrada no garantiza nunca que quien está contigo no te vaya a dejar y, además, yo detesto que me mientan y no hubiera querido ser nunca como las novias de los compañeros del grupo de rock de mi entonces novio, que fingían que no tenían ni idea de lo que pasaba.

La psicóloga Ana Luisa Martínez me explicaba que, si los celos fueran simple temor a perder a la persona amada, en realidad nos harían ser más amables. Trataríamos con mucho mimo a la persona amada para no perderla. Cuando no es así, cuando la persona celosa simplemente intenta controlar (revisando el móvil o el correo) y/o imponer («tienes que volver a tal hora», «no mires a esa», «¿con quién hablabas anoche por WhatsApp?») y se pone agresiva, los

celos no tienen nada que ver con el amor sino con la posesión. Se trata de una forma de marcar territorio e imponer una jerarquía.

Marta Ibáñez Sainz-Pardo, psicóloga especialista en terapia sexual, tiene una respuesta a partir de su experiencia profesional: «Es muy posible que las parejas abiertas sean una opción más natural. La monogamia es solo parte de una convención cultural, que te dice cuál es el amor correcto. En un mundo sin ideas preconcebidas, la libertad dentro de las relaciones sería un elemento enriquecedor. Pero, claro, eso es pura teoría, porque la carga de nuestra educación es demasiado pesada».

Escribiendo este libro topé con un blog muy interesante: *Saltando la línea roja,* que cuenta la historia de una mujer que decide abrir su pareja. Ella vive en una pareja heterosexual fusional. Tiene tres hijas, una casa, un perro, una vida organizada. Y entonces se enamora de otra persona pasionalmente, pero sabe que sigue amando profundamente a su marido. Hablando con un terapeuta descubre que lo que le sucede no es nada raro, que de hecho es lo más normal, y que no necesita romper su pareja por ello, ni renunciar a lo que tiene, ni dividir la vida de sus hijas entre dos casas. Así que habla con su pareja y los dos deciden crear una pareja abierta.

Leyendo este blog me di cuenta de la enorme diferencia que existe entre una pareja que ya nace abierta y una pareja cerrada que decide abrirse. Yo no he experimentado la gran mayoría de los conflictos que experimenta esta mujer. Se trata de casos completamente diferentes. Pero creo que es mejor que copie y pegue extractos del blog. El blog es buenísimo y contiene con probabilidad el mejor testimonio escrito que he leído sobre poliamor en español. Lógicamente yo solo puedo extractar parte pero os recomiendo que lo leáis entero:

«Me viene a decir algo así como que soy la mujer ideal si no fuese poliamorosa. Lo que tanto atrae es precisamente lo que los aleja. Es curioso porque esta vez sí pude escuchar la frase sin sentir dolor, sin sentir como que, vale, has pasado todos los exámenes pero te quedas en el último. Simplemente lo entendí, lo vi con otros ojos y no me sentí rechazada. No puedo pedirle a nadie que altere todo su sistema de vida para aceptar la mía. Tampoco puedo cubrir todas las necesidades de una persona porque mi vida es limitada. Eso siempre lo supe, pero antes me mortificaba e intentaba compensarlo de alguna forma. Ahora he aceptado que nunca voy a compensarlo y que eso no depende

de mí. Daré lo que pueda dar y depende de la persona si quiere intentarlo o no.

Así nos despedimos, sin promesas, ni planes de futuro, ni próximos pasos, ni etiquetas pero con una amistad consolidada y un cariño infinito. (.../...)

Hacia la una tuve la cita con la pareja de mi marido. Iba en el bus sintiendo curiosidad por saber por qué quería conocerme y cuál sería el efecto para las dos de este encuentro. Creo que es fundamental salir del imaginario porque ver la realidad le da otra dimensión. La persona de repente tiene cuerpo, tiene voz, se mueve y, sobre todo, siente. Con ella fue muy fácil el diálogo, es una persona con un gran trabajo personal hecho y que está trabajando en sus necesidades, lo cual es maravilloso. Le conté las dificultades que yo había tenido con mis parejas por el tema de los derechos que tienen pero no se atreven a expresar. Ella me expresó su "miedo" a que sus necesidades fuesen contrarias a las mías y que por ser yo su pareja "oficial" tuviese privilegios.

Los tengo, sería injusto decir lo contrario, pero solo porque compartimos algo mi pareja y yo que está por encima de nosotros, que son nuestras hijas. En lo demás, en el mundo de los sentimientos, en cómo expresarlos y cómo vivirlos, estamos en igualdad de condiciones.

También abordamos el tema de los acuerdos. Y aquí yo me puse muy categórica con el proceso de cómo se llega a acuerdos y es una parte que todavía tengo que resolver con mi pareja. Todas las partes tienen que expresar sus necesidades y cómo se sienten para así poder llegar a un consenso. Creo honestamente que no hay otra manera y por lo que sé ella también se lo ha expresado así a mi pareja. Es él el que tiene que tomar consciencia de que solo así podemos estar en igualdad de condiciones y llegar a algo que nos satisfaga a todos.

Me queda la pena de haber tenido poco tiempo porque había muchos temas que nos interesaban a las dos y que hubiese sido interesante abordar, pero una vez más las agendas son como cuchillos.

Fue maravilloso para mí vivir cómo dos mujeres que comparten dialogan sobre sentimientos universales, mirándose a los ojos sin desafiarse y simplemente entendiéndose. (.../...)

Nosotros estamos constantemente reevaluando nuestros acuerdos según las necesidades que vayan surgiendo. Está claro que si mi pareja tiene a alguien que vive lejos no va a respetar la cita de "solo dos días" porque igual tarda meses en volver a ver a esa persona.

Los acuerdos deben ser realistas, porque si no difícilmente se pueden cumplir. (.../...)

Bien, yo me había preparado para todos los tópicos. Hace meses lo pasé con mis amigas y las reacciones suelen ser las mismas. Así que aquí van algunas:

—¿Cómo hacéis con el dinero? Porque sois una familia y si quedas con alguien a cenar eso se lo estás quitando a la economía familiar. (.../...)

Mi marido contactó hace unos meses con un antiguo amor de instituto, un amor platónico, y hace tres fines de semana después de contactos por Facebook decidieron tomarse un café y retomaron el contacto como amigos. Él no se atrevió a contarle nada en directo para no asustarla. Ella está separada. Cuando volvió a casa me dijo que le encantaba, y que iba a escribirle un *e-mail* explicándole todo y lo que quería con ella.

Lo hizo.

Respuesta de la chica: primero sorpresa al leer todo aquello y le pidió tiempo para digerirlo.

Whatsapp de hoy: "Creo que eres un valiente, ahora mismo no sé si tengo ganas de abrazarte y besarte o salir corriendo, así que mejor lo primero".

Al lado yo pensé: qué huevos tiene la tía, le ha echado un par. Y pensé en los hombres que había conocido yo que tienen polla pero no huevos.

El género influye. Yo tengo el privilegio por tener coño, yo tengo el privilegio de tener más posibilidades, infinitas, para follar. Pero ninguno tiene huevos para intentarlo. En cuanto hay una emoción, a la mierda, y rabito entre las piernas.

Mi pareja en cambio no tiene posibilidades ningunas para follar por follar porque es un hombre casado, pero las mujeres que se quedan a escuchar la historia prueban a tener una relación afectiva. (.../...)

No entiendo nada. Si somos fuertes porque lo somos, si decimos que queremos follar, no se entiende y eres una guarra, si dices que tienes las cosas claras eres una soberbia y das miedo, estoy hasta el coño.

Estoy en un planeta de mierda donde los hombres no encuentran su sitio, se sienten desafiados y desnortados. Miento, mi marido no, y me siento tremendamente afortunada, valorada, respetada, comprendida, pero él ha cogido el toro por los cuernos y se lo ha currado. Todos los que me he encontrado hasta ahora se mostraban interesados por un mundo de libertad pero a la hora de la verdad quieren ser únicos, se sienten inseguros con mi libertad. Eso que les encanta de mí también les aleja. (.../...)

La mala noticia, me temo, es que encontrarás a un montón de personas dispuestas a follar pero muy pocas valientes para enfrentarse al nuevo reto que supone el poliamor. Y sí, es cuestión de género, por eso tu marido tiene pocas relaciones y de calidad y tú muchas y te encuentras que la de calidad es una mujer. (.../...)

La facilidad con la que yo-mujer puedo acceder a los hombres y cómo estos se ofrecen cual botones de hotel a llevarte las maletas y lo que haga falta. Es una mierda, pero es un privilegio que tengo como mujer. No es para enorgullecerse, y muchas veces le he explicado a mi pareja que sí es fácil acceder a hombres pero no es fácil encontrar personas con las que tener una relación honesta y que estén a la altura de comprenderme sin pensar más allá de que soy una anomalía exótica y follable. Entonces sí, te reconozco la cantidad pero no la calidad. (.../...)

Cuando me senté a cenar con mis amigas era una MADRE, después de

contarlo me convertí en una PUTA. Eso de conectar con otras personas y tener otro tipo de relaciones no se entiende. Muchas veces me he encontrado con que la gente intenta resumir lo mío, y para entenderlo pone el siguiente titular: «Tú lo que quieres es follar con otros y que tu marido no te monte el pollo».

Mi respuesta siempre es la misma. La infidelidad no es mi opción. La mía pasa por ser honesta, conocerse y conocer a tu pareja. Confiar y crecer juntos. (.../...)

En aquella plataforma de Internet no me fue muy bien. Si no pones foto tus posibilidades de contactar con hombres se reducen drásticamente, además yo estaba tan eufórica por haber encontrado mi camino que, en cuanto empezaba a chatear con algún ser, le plantaba a la decimoquinta frase que tenía una pareja abierta. Hubo de TODO, gente que de repente no volvió a escribir, otros que no entendían muy bien el tema y siempre la pregunta de: pero ¿tu marido lo sabe? Sí, coño, por eso es una pareja abierta, si no sería una infidelidad.

En todo el proceso me di cuenta de una cosa, la infidelidad está totalmente aceptada, asumida y yo diría que hasta bien vista. Si eres infiel y no te pillan, qué lista eres, qué bien te lo montas, qué vidilla tienes, eh, tía. Pues a mí me parece una mierda ser infiel, con todos mis respetos a los infieles. Yo he sido infiel, y una se siente miserable. Las personas como yo no somos capaces de llevar una infidelidad, simplemente no sabemos mentir, y al final o nos pillan o la cosa se acaba porque las comeduras de tarro son insoportables. (.../...)

La trabajadora social me mira y me dice: ¿me explicas otra vez por qué quieres hacerte una ligadura? Tu marido tiene la vasectomía (os lo juro, cara de póquer). Así que le digo que tengo otras parejas con las que utilizo condón pero que quiero estudiar la alternativa de la ligadura y como tengo un año de plazo pues me parece interesante la posibilidad. Y porque es una decisión personal. Le explico que soy poliamorosa con un poco de corte, la verdad, y me dice: “Ya, es que la monogamia no es natural, hay más gente no monógama de lo que parece pero no lo dicen porque aún hay muchos tabúes”. (.../...)

Pues ya sabéis —les digo a mis amigas— las típicas cosas que preguntan los tíos cuando les dices que eres poliamorosa...

Mi amiga, que es socióloga, empieza a poner cara de estudio de campo y me dice: “Cuenta”.

Primero les comento un poco con qué “tipos” de hombres contacto a través de las plataformas de Internet. Son monógamos con o sin pareja. Y paso a enumerar las preguntas:

—Molaaa, entonces follarás mogollón, ¿no?

—¿Tu marido lo lleva bien?

—¿Estás depilada?

—¿Te gusta el sexo anal?

No siempre es en este orden, de hecho la última pregunta puede llegar a

ser la primera y, como me pasó una vez, un agradable caballero de Tinder me relató un encuentro sexual, según él «de la leche», mientras hacía la compra en el supermercado.

De este encuentro sexual virtual saqué varias conclusiones:

Soy capaz de seguir una conversación subida de tono sin equivocarme con la lista de la compra.

Al tío le importaba una mierda lo que le contestaba yo porque se lo estaba contando a él mismo, lo cual me imagino que le excitó mogollón.

Para este hombre todo lo mío era en diminutivo: mi coñito, me metía los deditos, estaba mojadita, dame tu corridita. Y sin embargo todo lo suyo era grande: te meto mi polla grande hasta la garganta, está superdura, me voy a correr mogollón. (.../...)

Yo no dudo que mi forma de amar sea la correcta, simplemente creo que es la adecuada para mí. Aunque quisiera volver al modelo anterior no podría. He descubierto la libertad y con ella también el precio que se paga por ella.

(.../...)

En esto le pregunto al chico con el que he quedado: "Y tú... ¿qué? ¿Tú qué buscas?". Respuesta: "Pues NO SÉ. Lo que toca, supongo". Pregunto inocentemente: "¿Y qué es lo que toca?". La respuesta os la podéis imaginar, pero lo mejor de todo es su justificación de por qué todavía no se ha metido en la monogamia profunda. Está harto de oír a sus amigos los desastres que producen el matrimonio, los hijos, la suegra, la convivencia y todo lo demás.

Resulta que yo también estoy ahí, casada, tres hijas, suegra (a la que adoro, por Dios), convivencia (la convivencia de cinco personas, una perra y dos pájaros mejor no os la cuento), dos hipotecas, y no tengo la sensación de desastre, vacío y desesperanza.

Segundo NO SÉ. Me siento osada y le hago una propuesta. Texto: "Busco compañero sexual, no soy monógama y me gustan las panteras rosas (a él también)". Respuesta: "Mira que yo soy lo más liberal que existe y hablar contigo me excita mucho, pero no lo veo claro esto, yo quiero, creo, lo que tú ya tienes". (Nota aclaratoria: se refiere a un marido e hijas, según él yo estoy COMPLETA). Muy bien, pues nada, así que pregunto: "¿Y por qué no lo tienes?" Respuesta: "NO SÉ, me autosaboteo. Estoy harto de dar tumbos". Mi cara es un poema leyendo el móvil, yo sí que NO SÉ qué decir.

¿Qué está pasando? No me atrevo a hacer un análisis pero en los dos casos me preguntaron A MÍ qué pensaba, que por qué hacía esto de ser poliamorosa.

Mi respuesta: porque es lo que quiero».

Cuando conseguí contactar con Roja, la autora de este blog, mantuvimos una conversación telefónica. Casi todas las personas poliamorosas que ella conocía provenían de parejas monógamas tradicionales de larga duración y en algún momento uno de los miembros de la pareja decidió que no estaba de acuerdo con esa

situación. Ese miembro era el impulsor. El otro miembro de la pareja le seguía, y, según Roja, en la mayoría de los casos lo hacía «por amor». Sin embargo, en casi todos los casos que yo he conocido la historia no ha surgido así.

En este libro se narran numerosas historias, pero yo no pude recopilarlas todas. Conocía muchas historias antes de empezar este ensayo. No en vano he vivido en Montreal, nido de veganos, adictos al yoga, activistas anticonsumo y poliamorosos políticos. Y también me he movido siempre en ambientes artísticos de Madrid y Barcelona en los que la libertad era la bandera máxima. El mundo de la pareja monógama tradicional al uso lo conozco. Cómo no, si es el imperante en la sociedad en la que vivo. Pero no lo conozco en demasía. A mi alrededor hay gays, lesbianas, bisexuales y heteros. Gente que vive en pareja, gente que vive sola, gente que vive en pisos compartidos, putones éticos, monógamos sucesivos, casados infieles (algunos de ellos han sido mis amantes), parejas abiertas, separados, divorciados... Pero en mi círculo íntimo creo que no hay muchas parejas tradicionales.

Roja se movía y conocía un tipo de vida. Yo me muevo en otros ambientes y conozco a otro tipo de personas. Mis parejas se consideraban abiertas desde que se creaban. Las que Roja conocía pasaban por un (muchas veces duro) proceso de adaptación al cambio. Mis parejas no pactaban jamás acuerdos. Todo era «bueno, ya se verá cuando surja». Las parejas que Roja conocía llegaban incluso a ir a un terapeuta para establecer esos acuerdos. El mundo que Roja conocía parecía mucho más reglado y normativizado. El mundo que yo conocí en su día parecía más espontáneo y libre. En el mundo de Roja hay reglas y acuerdos, en el mío no. Ninguna de las dos sabemos si lo que *parece* en realidad *es*. Le propuse a Roja que se atreviese a escribir su propio libro.

A la espera de que ella lo escriba o no, quiero dedicarle un párrafo a **las parejas fusionales de larga duración que se abren a pareja abierta.** Este caso es tan común en España que la mayoría de clubs de poliamor y convenciones de poliamorosos están formados, sobre todo, por parejas de este tipo. Me da la impresión de que las personas que siempre han organizado relaciones de pareja libres no tienen tanto interés en asociarse para buscar personas afines, puesto que ya las encuentran en su entorno sin

necesidad de apuntarse a clubs.

Me llegaron muchos *e-mails* de personas en esta situación. Parejas que han convivido durante más de diez años en estructura fusional y monógama. Cuando sus hijos ya están criados ellos se encuentran aún jóvenes, con cuarenta o cuarenta y cinco años, mucha vida por delante, y mucha curiosidad. Entre ellos queda compañerismo, amor, una casa en común, unos hijos, intereses comunes... Pero ya no hay deseo sexual, ni diversión, ni ningún tipo de excitación. Entonces, uno de los dos se enamora de otra persona. En lugar de mentir, se atreve a decirlo claramente y propone vivir en poliamor.

Este cambio es extremadamente difícil y lo cierto es que la gran mayoría de estas parejas no sabe llevarlo a cabo sin ayuda. Recurren a terapeutas o se apuntan a clubs de poliamor para poder conocer a otras personas en la misma situación e intercambiar experiencias. En casi todos los casos, uno de los miembros de la pareja siente celos y sufre.

Voy a poner un ejemplo de una conversación muy reveladora:

«Querida Lucía. Gracias por escucharme. Mi marido y yo hemos abierto la relación, pero yo tengo celos. No celos de sexo, porque yo tengo otra relación, antes de que la tuviera mi marido. Me molesta que cuando estamos juntos le coja el teléfono a su otra relación, en el tiempo que debería estar conmigo. Me molesta que cuando hacemos planes juntos en el último momento los cancele para irse con su otra relación. Mis planes yo los hago pensando siempre en mi marido primero, y él no lo hace así, y eso me molesta».

Bien, lo que esta mujer no veía es que su marido está enamorado. A ella la quiere, profundamente, pero por la otra mujer siente un desvarío provocado por todas las hormonas que hemos citado anteriormente. En algunos libros no se dignan a llamar a esto «enamoramiento» y han acuñado el nombre ENR, por Energía de la Nueva Relación. Llamémoslo como lo llamemos, esperar que estando contigo no coja el teléfono es tan absurdo —y en cierto modo, tan egoísta— como esperar que tu hijo adolescente no coja el teléfono cuando está contigo porque le llama su novia.

Otro problema que tiene esta mujer es que, como ella dice, hace planes pensando en su marido primero. En primer lugar, establece una relación de jerarquía. Y eso no es poliamor. Es tener un marido

y un amante, solo que con el consentimiento del marido. No es tener dos amores de igual jerarquía.

En segundo lugar, que tú hayas decidido hacer algo no obliga al otro a hacer lo mismo. Yo puedo cocinar una maravillosa cena para mis amigos, pero no debo esperar al hacerla que ellos luego me inviten a cenar en su casa (entre otras cosas, la mayoría no saben cocinar). Las relaciones no funcionan nunca a partir del «si yo te doy, tú debes darme». Eso es condicionar el amor, y el amor es incondicional.

El tercer problema que tiene esta mujer es que tras tanto tiempo en una relación fusional ni siquiera se plantea hacer planes sin ponerse a ella la primera. Yo, por ejemplo, tengo pocos fines de semana libres, porque soy madre de una niña. Los planeo con antelación, pero no incluyo a nadie porque sé que mis amigos o amantes pueden salirse del plan en el último momento. La mayoría tienen trabajos *freelance* y, dado el estado de la economía española hoy, nadie puede permitirse rechazar encargos de último momento. Es decir, si yo he planeado ir de vacaciones a Alicante, iré, venga alguien conmigo o se desmarque del plan en el último momento. Si he planeado ir al cine, lo mismo. Solo mis planes con mi hija son inamovibles, porque ella es menor de edad y depende de mí. Yo, sin embargo, soy mayor de edad, adulta, independiente y autónoma, y sé moverme sola. No necesito de otra persona. Si otra persona está conmigo, será por voluntad de ambos, no por necesidad y mucho menos por obligación.

Otro problema que tiene esta mujer es que considera que hay personas a las que se pone primero, y personas que van después. Su marido va primero, por lo tanto su otra relación va después. Y lo mismo espera de su marido, que la ponga a ella primero. Quizá no se ha parado a considerar que esa otra mujer es una mujer como ella, con sus necesidades emocionales, y con el mismo derecho que ella a que la traten como una persona, y no como a una relación de segunda categoría. Quizá lo mejor es que los tres se sentaran: ella, su marido, el otro amor de su marido, y hablaran de sus necesidades, de sus inseguridades, de sus miedos, de cómo unos pueden ayudar a los otros.

Mi recomendación para estas parejas es la siguiente: no entres en una historia de poliamor si consideras que te va a dañar o no

estás preparado. Antes debes reexaminar los mitos que aún perviven en tu cabeza. Tu dependencia, tu inseguridad. Solo cuando creas que realmente te has desembarazado del deseo de posesión, puedes vivir relaciones de poliamor con felicidad.

Jamás entres en una relación de poliamor solo para no perder a tu pareja. Vas a sufrir mucho si no estás convencido o convencida de lo que haces.

En muchos de los casos que conozco, y en casi todos los de las parejas que me han escrito, uno de los dos sufre. Porque entra «por amor» (es una forma de hablar, en realidad entro por dependencia emocional). El otro/a intenta convencerle de que «no está abierto», «no es moderna», «es un reprimido», «es una conservadora», con lo cual esa primera persona va teniendo cada vez menos autoestima y por lo tanto cada vez está más necesitada de esa pareja que se le está yendo. No quiere romper la pareja y «consiente» las parejas secundarias de su marido o esposa por dependencia, a la vez que encuentra nuevas parejas solo por no quedarse rezagado en esa especie de competición en la que ha entrado. Pero percibe a su marido o esposa como a la pareja principal. Sus amantes no son amores, solo gente a la que utiliza o a la que coloca en posición secundaria respecto a otros.

Si ese es tu caso, te recomiendo un distanciamiento, una separación o un divorcio. Necesitas tiempo a solas para reevaluar tus prioridades. Quizá eres monógamo o monógama de corazón, y eso en sí no es malo ni bueno. Es una opción. Quizá no estás preparado/a para un cambio de vida tan drástico, y necesitas un tiempo para hacer la transición.

Pero lo que te debe quedar claro es que nadie debe abrazar una filosofía de vida si no está convencido. De la misma forma que un poliamoroso no se siente a gusto en un sistema monógamo, un monógamo no se siente a gusto en una relación poliamorosa. Y no es un drama. Cada cual debe encontrar su lugar en el mundo, el espacio relacional en el que sienta más a gusto.

La experiencia de Angie aclara mucho este punto:

«Yo empecé a salir con mi marido hace diecinueve años. Llevo casada quince, y tenemos dos hijos. Llegado un momento, ambos tuvimos que admitir que nos sentíamos atraídos por otras personas. No fue fácil. Por fin, decidimos funcionar como pareja abierta. Mi marido ya llevaba años manteniendo

relaciones esporádicas con otras mujeres. Yo había sido fiel durante todo mi matrimonio, pero había mantenido escarceos eróticos con algunos hombres.

Cuando abrimos la pareja, hicimos un acuerdo. Las vacaciones las pasaríamos siempre en familia, los fines de semana serían para nosotros, y nunca tendríamos relaciones sexuales con otras personas en nuestra casa.

Poco después inicié una relación con un hombre al que llevaba deseando mucho tiempo. Es un compañero de trabajo, trabaja en mi misma empresa pero en otro departamento. Al principio respeté el acuerdo con mi marido, pero cada vez me resultó más absurdo. No entendía por qué no podía quedar con mi otro novio un sábado por la tarde, por ejemplo, si de todas formas mi marido se iba a quedar viendo la tele. O por qué teníamos que pasar el mes entero de vacaciones juntos con los niños, si los niños ya, a estas edades, apenas los vemos, y se pasan el día con sus amigos. Me parecía muy cruel poner a mi otro amor en una posición secundaria, que no pudiéramos tener nunca una escapada de fin de semana, que no pudiéramos vernos en otro sitio que no fuera nuestra ciudad.

Todo saltó cuando falleció mi hermana en un accidente de coche. Yo, como entenderás, me quedé destrozada. Al funeral vino mi marido, pero no pudo venir mi otro amor. Y yo en aquel momento necesitaba a mi otro amor. No porque le quiera más que a mi marido, no tiene nada que ver. Sino porque mi marido es una persona que se bloquea mucho en los momentos duros, que no sabe consolar.

Fue muy difícil hacerle entender a mi marido que no quería a mi amor más que a él, que les amo a los dos. Creo que pasa algo así como cuando ves una pareja gay y dices: «¿Quién hace de hombre y quién hace de mujer?». O sea, que intentas calcar un esquema en una relación que no sigue ese esquema. Mi marido aún cree en el sistema monógamo de que si amas de verdad a una persona no puedes amar a otra, y por eso cree que si yo amo a mi amor es que no le amo a él, y eso no es cierto. Les amo a ambos. Y por eso quiero que ambos tengan el mismo papel en mi vida, no que uno sea el oficial y el que tiene derechos y que el otro sea un secreto clandestino. Me está costando mucho que mi marido entienda esto, porque aún tiene muchos prejuicios y se deja llevar por el orgullo machista, pero creo que antes o después acabará por entenderlo. De momento estamos viendo a una mediadora para que nos ayude a solucionar la situación. No sé decirte cómo acabará todo. Pero si mi marido no acepta a mi otro amor como lo que es, otra persona con los mismos derechos que él, creo que me plantearía empezar a vivir sola con mis hijos, y a partir de ahí analizar hacia dónde quiero ir».

Tríadas o triejas: personas que viven en trío

Mi editor considera que este apartado es muy largo y propuso

aligerarlo. Yo me negué. ¿Por qué? Porque me he encontrado con tantas personas que viven en trío que creo que, junto con la pareja abierta, se trata de la opción más frecuente en el mundo poliamoroso. Pero existe una enorme diferencia entre las parejas abiertas y los triejas. La mayoría de las parejas abiertas son parecidas. Dos personas que establecen una relación primaria y otras personas que se añaden como secundarias. Sin embargo las personas que viven en trío crean estructuras diferentes si se trata de dos hombres y una mujer, dos mujeres y un hombre, tres hombres o tres mujeres. Las diferencias ya explicadas entre géneros influyen en la constitución de un trío.

Querido lector. Mi editor cree que este apartado puede aburrirte. Yo, sin embargo, creo que te va a encantar. En cualquier caso, si mi editor tiene razón y te aburres, cuentas con mi permiso explícito para cambiar de capítulo.

Este libro va a tener un apartado muy extenso dedicado a las personas que viven en trío. ¿Por qué? Porque es una unión muy común, aunque sea poco visible, de la misma manera que lo ha sido toda la vida.

Creo que todos conocemos el famoso chiste del Liceo. Se trata de una pareja burguesa que van al Liceo a ver una ópera y observan cómo desde el palco entra una joven señorita bellísima, vestida a la moda, y luciendo unas joyas maravillosas. El marido comenta: «Allí va la querida del ministro». Su esposa responde: «La nuestra es más guapa y más elegante, dónde va a parar».

Tradicionalmente en muchas sociedades estaba más que admitido que el marido tuviera «una querida» y que incluso le pusiera un piso. Lo que no estaba tan bien visto, machismo impera, es que la mujer tuviera el suyo.

La historia del Liceo no me pilla tan lejos. En el ambiente en el que yo me crie, la institución de la querida se estilaba. Varios amigos míos sabían de sobra que su padre tenía una amante y no lo veían como algo raro. Yo nací en 1966, la ley del divorcio no se aprobó en España hasta 1981, cuando yo tenía ya diecinueve años, y aun así, entre familias católicas de bien, un divorcio era algo impensable. Paradójicamente era preferible que el marido tuviera una amante y que la mujer lo aguantara a que el marido se divorciara. Y muchas mujeres preferían que su marido tuviera una

amante. Esto les permitía a ellas una libertad en sus entradas y salidas y en su vida social de la que quizá no hubieran podido disfrutar si la tercera no tuviera a su marido «entretenido». De forma que tríos consentidos los ha habido toda la vida con el conocimiento pero sin el consentimiento de una de las partes, o a veces con ambos.

En el sexo, el trío también es una de las fantasías más comunes. Basta con teclear «busco trío» en Internet para encontrarse con la friolera de... aproximadamente 834.000 resultados (0,44 segundos). De hecho, muchos de las tríadas gays que conozco tuvieron su origen en un trío sexual.

Otra razón por la que el apartado tríadas ocupa tanto espacio es porque me he dado cuenta de que el género importa. No es lo mismo un trío de tres hombres, que de tres mujeres, que dos mujeres y un hombre o dos hombres y una mujer. Las experiencias son completamente diferentes.

Él + Él + Él

Guilliermo, Enrico y Anko. Vivieron juntos cuando tenían veintipocos años. Hoy son amigos.

Sin duda, la tríada más común. Son muchísimas las historias de tres hombres que conviven juntos. Yo me he encontrado varias, y por lo general coincidían. En muchos casos una pareja gay había organizado un trío y los tres se habían gustado tanto que habían decidido continuar juntos. Incluso conozco a un trío casado, amigos de un amigo. En otros casos, se trataba de una pareja consolidada y abierta. Uno de los dos conocía a un tercero e iniciaba una relación con él y después, cuando le presentaba al tercero a su pareja oficial, los tres descubrían que se gustaban mucho. El caso más común es que la tríada se inicie desde una pareja que acaba abriéndose a trío, pero existen pocos casos de chicos gays que viven a trío desde el principio, y que lo decidieron a tres. Solo me llegó una historia de ese tipo, y es la que voy a transcribir. Me la contó Guille, que me contactó por Internet después de que publicara una historia sobre tríos en mi blog. Guille tiene ahora cuarenta años. Vive en Madrid y es asesor fiscal.

«Yo cuando vivía en casa de mis padres estaba muy armarizado. Casi nadie sabía que era gay. No tenía otra opción. En una ciudad gobernada por un señor famoso por ser el primero en negarse a celebrar matrimonios gays y hacer declaraciones del tipo “Incluso si la ley me habilita para casar a homosexuales, no ejerceré esa facultad ni delegaré esa competencia”.

En una ciudad en la que en Semana Santa te puedes encontrar con una procesión de cerca de tres horas de duración donde casi no hay gente mirando porque todos están vestidos de capuchones. O con un sermón en la plaza mayor donde cientos de beatos llenan las gradas distribuidas por la plaza a la vez que rezan el rosario por los altavoces. En una ciudad donde lo más común es ir vestido de El Corte Inglés. Las niñas con minifaldas y manoletinas, y los chicos con pelo a lo Borjamari, chinos, náuticos, el polo con los cuellos levantados y la pulsera con la bandera de España. Esos chicos los fines de semana no bailan, se quedan petrificados en los locales, quietos como estatuas, bebiendo hasta vomitar en la calle y gritando eso de “Alcohol, alcohol...”. Que yo sepa, solo existen tres locales de ambiente.

Yo no me atrevía a contar nada a mi familia. Mis amigos más cercanos lo sabían, por supuesto. Pero muchos otros no. No me sentía con fuerzas para tener que explicar nada mientras estuviera en casa de mis padres.

Por eso esperaba con tanta ilusión la oportunidad del Erasmus. Tenía clarísimo que en otra ciudad mi vida podría ser de otra manera. Y cuando me enteré de que la ciudad que me había correspondido era Róterdam, salté de alegría, porque es una ciudad con muchísimo ambiente gay.

Cuando llegué allí pasé los primeros días en un *hostel,* y lo que hice fue recorrerme todos los bares gays de la ciudad y en aquellos en los que había tablón de anuncios dejaba un mensaje “Chico gay, veinte años, estudiante, beca Erasmus. Busca alojamiento en habitación compartida en Róterdam. Preferible con otros chicos gays”. También dejé anuncios similares en los tablones de la universidad.

Me llegaron muchos mensajes. Muchos de ellos de señores mayores que me ofrecían alojamiento a cambio de sexo. Entre tanto en el *hostel* había conocido a un chico italiano que también había llegado como Erasmus y tampoco sabía dónde empezar a buscar. Yo no le dije que era gay porque tenía clarísimo que él era hetero.

Al final encontré un sitio estupendo, cerca de la facultad. Era un piso muy amplio de cuatro habitaciones. Anko, el chico que me recibió, no era estudiante. Trabajaba en un restaurante. Me dijo que acababa de dejar a su novio y que él no podía pagar por sí solo el alquiler. Me ofrecía alquilar dos habitaciones, pero la cosa se me salía de presupuesto. Él no tenía pensado vivir con más gente, pero yo pensé que se lo podíamos proponer al italiano. Es hetero, le dije al holandés, ¿te importa? No, en absoluto, me dijo.

Así que esa noche le dije a Enrico: “Mira, he encontrado un piso estupendo que tiene dos habitaciones libres. Pero el alquiler está a nombre de un chico

holandés gay, y yo también soy gay, ¿te supone eso un problema?". Y entonces él me responde: "Pero si yo soy gay...". Te juro que yo no me había dado ni cuenta, me parecía el hetero más hetero del mundo. Mi idea de gay era estereotípica: musculado, acicalado, depilado. Y Enrico era flaco como un silbido y parecía que se vestía con las donaciones de ropa de una parroquia.

En principio jamás pensé, te lo prometo, que pasaría lo que acabaría por pasar. Por supuesto que ambos me parecían atractivos, cada uno a su manera, pero yo, quieras que no, venía de donde venía, de una educación católica y de derechas, y soñaba con mi príncipe azul, que iba a ser guapo, de buena familia y con carrera universitaria. Ninguno de los dos, ni Enrico ni Anko, cumplía las dos opciones. El primero era guapo, pero no tenía la buena familia ni la carrera. El segundo tenía la carrera, y nada más. Y ni siquiera la había terminado.

Pero en realidad gran parte del amor es una cuestión de azar, y esa aleatoriedad no permite saber a priori de quién te vas a enamorar: si de alguien mucho mayor o mucho menor, o si de alguien tal y como lo habías imaginado. O nada que ver. Tampoco te permite saber si el amor es para toda la vida o habrá muchos amores a lo largo de tu existencia. Pero ¿qué pasaría si esos amores se dieran todos al mismo tiempo? No vale que te gusten varias personas a la vez, solo cuenta si hay auténtico amor, del tipo que te da la vuelta por completo.

Mi problema era que esperaba a alguien que me completara, pero toda persona nace ya completa y no hay nada fuera de ella que pueda completarla. Sin embargo, de acuerdo con las creencias que hemos ido generando sobre nosotros mismos y lo que somos, o sea, entorno, familia, cultura y tal, podemos llegar a creer que no somos suficientes, que debemos completarnos y que lo único que puede ayudarnos son otras personas, que están fuera de uno mismo. El error es que todo esto puede llegar a cambiar nuestros "cómo soy" pero nunca nuestro "quién soy". Yo soy pijo porque me han criado así, pero en realidad no soy conservador, mi ser real, mi verdadero ser, no es la persona que me han enseñado a ser.

Yo creo que en el fondo de mí mismo creía que, como ser gay era tan horrible y le iba a dar tal disgusto a mi familia, al menos debía casarme con un tipo que me completara, siendo el chico que mi familia quería que yo fuera.

Para colmo, por si con la familia no fuera poco, la sociedad de consumo nos incita a cumplir unos estándares para estar completos. Si no lo hacemos, podemos ser rechazados o abandonados. Así creemos necesitar un coche vistoso, una casa grande y bonita, un novio muy guapo. Y luego viene la vida y te demuestra que estabas equivocado. Sé por experiencia que no pueden cobrar mayor importancia las cosas materiales que las personas. De ser así, se pagaría un precio demasiado alto.

Hoy, como siempre ha sido, la cultura nos pone los estándares de lo que debe ser hermoso, atractivo, y, por lo mismo, nos sentimos atraídos en

nuestros gustos hacia esos estereotipos. Sin embargo, cuando vamos a algo más profundo, a algo que nos toca como seres humanos, que nos caracteriza como lo que somos, encontramos que lo que amamos no es necesariamente lo más hermoso a simple vista, o lo más atractivo, ni aquello que queremos gritar a los cuatro vientos. Yo me descubrí atraído por igual por Enrico, que no era guapo, y por Anko, que no tenía carrera, ni cultura.

Y es que existen aspectos que nos hacen amar más a una persona que el simple físico o su éxito profesional. Si no ¿cómo se explicaría que un par de ancianitos se sigan agarrando de la mano como dos novios? ¿O que alguien siga amando a su pareja cuando está desfigurada por un accidente o cuando ha perdido su trabajo?

Es cierto, el físico o el éxito social pueden atraer mucho, pero lo que a mí me cautivó fue lo que nunca había vivido: empatía, compromiso, respeto, comprensión, cariño, confianza. Eso yo no lo vi en el matrimonio de mis padres, ni en mi familia. Mis padres son muy rígidos y controladores, todo el amor que daban era condicionado. Solo te querían si eras como ellos deseaban que fueras. No te aceptaban si eras de otra manera. En Róterdam me sentí aceptado y querido por primera vez.

Una relación no se puede basar en que a los dos les gusten las mismas cosas, el cine, la playa, o cualquier afición. Quizá esto parece lo más importante para otras personas, pero para mí ya no. Es genial poder coincidir en gustos, modos de vida y en general en aspectos que dan la sensación de que dos personas encajan. Pero para mí hay algo mucho más importante para que una relación funcione: con ello me refiero al cariño, al amor, a sentirte bien como eres, sin pensar que tienes que actuar de una manera u otra para sentirte querido, valorado y respetado.

Lo nuestro primero empezó siendo una relación de compañeros de piso y después evolucionó a otra cosa. Cuando convives con compañeros de piso hay unas reglas normales para la convivencia que no tienen que estar preestablecidas por la cultura, sino que tienen que ser pactadas. En nuestro caso Enrico y yo teníamos caracteres más fuertes, más latinos, pero casi no nos peleábamos. Anko siempre hacía de intermediario, nuestras peleas no duraban más de diez minutos. En lo económico era maravilloso, los tres aportábamos en cantidades iguales y teníamos los mismos derechos y el mismo poder de decisión. Cuando vienes de una familia en la que todo se hace “porque sí” sentirte respetado y escuchado es muy importante. Y este nivel de respeto entre iguales para mí fue maravilloso.

Lo de ser compañeros de piso, bien llevado, es una democracia llevada al extremo porque todo hay que discutirlo, desde lo que se compra en el mercado o cualquier cosa para la casa, hay que escuchar lo que piensa el otro para poder decidir. Hablábamos mucho todo el tiempo y eso suponía una riqueza muy grande, éramos tres miradas distintas y eso nos aportaba mucha creatividad y variedad.

Conversábamos mucho porque siempre había una tercera voz, en una

pareja es muy fácil imponer el criterio, pero en una trieja no. Teníamos muy claras las reglas de la sostenibilidad de la casa, no solo desde lo económico, sino también desde la rutina de mantenimiento. Cuando se vive a tres hay montones de anécdotas para contar y compartir, desde la cotidianidad y manera de ser de cada uno, siempre llegábamos a contarnos cosas muy divertidas de cada uno. Al ser los tres tan diferentes y proceder de mundos tan opuestos, nos complementábamos mucho. Ten en cuenta que ninguno disponíamos de mucho dinero y además Róterdam en invierno es muy frío, así que pasábamos mucho tiempo en casa y compartíamos muchas horas. Nos era más fácil vivir entre tres que entre dos, porque no había posibilidad de radicalismos o polaridades ya que siempre había un tercero que era el polo a tierra y eso hacía que se redujera la posibilidad de conflicto.

Yo ya había fantaseado con acostarme con ellos antes de que sucediera. Cuando pasó, fue como si ya lo hubiese vivido. Nos tocó romper la idea de que el otro era propiedad de uno. Teníamos momentos de a dos o momentos de a tres. Dormíamos juntos, a veces los tres, a veces dos, a veces los tres por separado, teníamos sexo los tres o a veces dos, a veces con otras personas. No había monotonía ni en el afecto, ni en la ternura y en lo sexual había muchas posibilidades.

Yo no tenía preferencias por uno o por otro, pero había momentos, circunstancias o formas de ser en que uno podía ser más demandante y podía parecer que se le quisiera más, pero en realidad se les quería por igual. Y te querían por igual. El amor es por igual, las circunstancias y la manera de vivenciarlos pueden cambiar por la personalidad de cada uno, pero el amor es igual y eso se siente.

La ética de la trieja implica un compromiso de amor y no solamente de gusto sexual o pasajero por el otro. Los tres estábamos enamorados de los tres. No éramos una relación de cama en donde hubiera una pareja con un amante, ni un juego. Y en la cama era una delicia: éramos tres hombres explorándonos, conquistándonos, descubriéndonos y seduciéndonos.

Las triejas, a diferencia de las parejas, no se planean, no se va diciendo: «Quiero tener una trieja». Esta se forma porque sí, no como en las parejas, que la gente primero dice «quiero un novio» y entonces se pone a buscarlo. Las triejas surgen.

Desde que la historia empezó yo sabía muy bien que mi beca duraba un año, y que por lo tanto eso se acabaría. Fui cobarde. Podía haber hecho lo imposible por trasladar mi expediente a la Universidad de Róterdam, pero no me atreví. Porque en el fondo era muy niño, no estaba preparado para dar el paso. La carrera me la pagaban mis padres y ellos me mantenían, no me sentía preparado para trabajar y estudiar al mismo tiempo, mucho menos para dejar los estudios.

Lo bueno de estas relaciones es que no acaban, solo se transforman. Si tienes una pareja tradicional normalmente se acaba como enemigos, o al menos distanciados. Nosotros seguimos en contacto. Anko vive ahora en

Berlín. Tiene un novio alemán, en pareja abierta. He ido a verles dos veces y hemos pasado momentos maravillosos los tres. Enrico vive en Vincenza, se ha casado con una mujer. No estaba yo tan equivocado. Pero su mujer lo sabe todo y lo acepta. Vinieron a verme a Madrid hace poco e hice de guía por la ciudad.

Creo que tuve una inmensa suerte al haber podido vivir una historia tan bonita siendo tan joven. Una historia que tuvo un poderoso efecto transformador y que me convirtió en la persona que soy ahora. Es impresionante la influencia que ejerce sobre nosotros el poder transformador de la curiosidad y la búsqueda. El enamoramiento, cuando llega de esa manera, de una forma tan diferente, es una experiencia mística. Si no lo has vivido, no te lo puedo explicar. Es como un experimento revelador que desafía las leyes de la naturaleza. Uno siempre es mejor persona después de haberse adentrado en el interior de otras personas y haber empatizado.

Pero es que, en nuestra cultura, hasta la persona considerada más ajena a la religión está completamente sumergida y con frecuencia apoyada en esas viejas ideas de la moral cristiana, creadas hace cientos de años. ¿Cuánto daño ha hecho toda esta propaganda convencional, limitante y castradora sobre lo que debe ser o no ser el amor y cómo debemos vivirlo? ¿Cómo hubiese sido nuestro mundo si hubiésemos podido crecer sin miedos?

Los afectos y vínculos entre personas que hoy se admiten como correctos hunden sus raíces en el peso de las tradiciones y la cultura. Luego, la experiencia personal te enseña otras cosas.

Pero mucha gente se queda en vidas estériles, vidas como la que hubiera tenido yo si no hubiera salido de mi ciudad, por no haber tenido el valor de vivir en soledad saltándose las reglas: ¿somos capaces de amar sin ese absurdo y demoledor sentido de la propiedad? ¿Nos hemos planteado alguna vez qué tipo de relación necesitamos?, ¿tenemos miedo a ser libres?, ¿somos todo lo sinceros que deberíamos ser con nosotros mismos? Mucha gente no se pregunta nunca eso. Pero yo creo que, si el amor tiene algún futuro, es sin duda alguna en libertad. El miedo y el sentido de la propiedad no conducen a nada más que a la sumisión. ¿Y quién quiere convivir con una persona anulada?».

Ella + Él + Él

Sonia, veintisiete años. Vive con Gero y Achim.

Me contó su historia una amiga común, hace años, en plan: «¿pues sabes que tengo una amiga que vive con dos tíos?». Cuando escribí este libro decidí llamar a nuestra amiga para saber si podía contactar con aquella chica. Me dio su contacto. Como todas las

personas que aparecen en estas páginas, estuvo encantada de hablar conmigo. Chateamos varias veces y más tarde nos comunicamos por Skype. Como en todos los demás casos, he sintetizado muchas conversaciones para escribir su relato:

«Como sabes, soy de León, pero estudié en Salamanca. Físicas. Y allí conocí a mi novio. Mi exnovio, vaya: Ángel. Él entonces estudiaba ingeniería industrial. También es de León. Oficialmente no vivíamos juntos. Mis padres creían que yo vivía en una residencia femenina. Al menos, ellos la pagaban. Pero la verdad es que él vivía en un piso compartido y yo, en realidad, vivía también allí. A mí aquella relación me parecía que estaba bien. Mira, me gustaba. No había visto nunca otra cosa. En fin, mi familia es de León, conservadora y católica. La suya también. Cuando los dos acabamos la carrera él obtuvo una plaza en la Diputación gracias al enchufe de un familiar. Pero yo no. No lo tuve tan fácil porque no tenía padrinos, y aquí quien no tiene padrinos no se bautiza.

Cuando regresamos a León después de acabar la carrera él me propuso que nos casáramos. Pues, mira, yo lo veía todo muy precipitado, me veía muy joven; no me lo había ni planteado. Pero dije que sí pensando que no nos casaríamos inmediatamente, que llevaría tiempo. Al poco sus padres ya nos habían comprado un piso y todo el mundo esperaba que nos casáramos. Me agobié.

Pero yo no me veía viviendo en León toda la vida. Y sobre todo no me veía siendo señora de y madre de dos niños. No tan joven. No tan pronto. Mi familia quería que estudiara una oposición para sacarme una plaza de profesora en un instituto. Pero yo no había estudiado físicas para acabar dando clases. A mí la carrera me había gustado mucho.

Lo veo más como una cuestión de vocación. Creo que carreras como derecho, aun cuando no te gusten, pueden aprobarse a base de echar codos y estudiar como un burro. En física, eso no funciona: o te gusta, o no. Si te gusta, te resultará más o menos difícil. Pero si no te gusta te vas. Te exige demasiado como para que la termines así, por acabarla, sin verdadera vocación, sin pasión.

Cuando fui estudiante vi que la criba se hacía en segundo de carrera. Los que no amaban la física, los que no la llevaban en las venas, se iban. La carrera puede llegar a ser algo frustrante, pero cuando se entiende ¡se disfruta mucho!

Y claro, estando en León, llegamos a la cuestión espinosa de siempre: las salidas laborales. Los físicos valemos igual para un roto que para un descosido, no sé si es por la mente que tenemos o por el entrenamiento en la universidad. Yo he visto ofertas de trabajo para físicos en el CERN, la ESA y el cuerpo de bomberos de Madrid. Pero en León no. Desde luego, en León, nada de nada.

Siempre he pensado que una de las mayores desgracias que le puede pasar a una persona es acabar haciendo un trabajo o carrera que no le gusta. No importa lo que ganes, acabas arrepintiéndote de ello. Y yo me vi en la tesitura de quedarme en León y acabar trabajando como profesora, que no era lo que quería; había estudiado física por vocación, me había costado mucho, me había dejado la piel. Y quería hacer investigación. Lo tenía claro. Así que empecé a pedir becas y me salió una oferta muy chula en Alemania. Una beca de doctorado. No lo dudé. Tuve que elegir entre mi novio y mi vocación, pero también me quedó claro que él no me quería. Porque a él no le ataba nada aquí, con su título podía haber venido a Alemania conmigo y encontrar un trabajo mucho mejor que el que podía tener aquí. Pero él quería estar cerca de su familia, quería una plaza de funcionario: una vida fácil. Yo no contaba.

Pues, mira, te lo cuento con mucha calma pero lloré mucho, mucho. Me costó mucho tomar la decisión y me sentí muy poco querida porque yo habría querido que él viniera conmigo, que me acompañara.

Cuando llegué aquí todavía estaba muy dolida. Tenía una sensación agridulce. Había conseguido una beca de entre más de mil aspirantes, pero había perdido a mi novio. Yo nunca había estado con otra persona. Se me hizo muy duro dejarle; tenía el corazón destrozado. Mi beca, en la práctica, era como un trabajo. Tenía un buen sueldo y estaba asegurada. En ese sentido no tenía ningún problema. El sueldo daba para pagar un apartamento para mí sola y para vivir holgadamente. Materialmente, todo me iba bien. Emocionalmente no.

Trabajando allí lógicamente te relacionabas con la gente que trabajaba en el instituto. Trabajábamos muchas horas y a la larga no quedaba otro remedio, así que mi vida social era muy limitada, claro. Básicamente salía con compañeros del instituto y todos eran hombres. Yo no era la única mujer, pero sí era la única mujer soltera y además exótica, porque mientras que en España nunca se me consideró muy guapa, o al menos yo no lo sentía así, aquí en Alemania mi melena negra y mis ojos oscuros me convertían en alguien por lo menos llamativa. Notaba que me miraban.

Me sentía muy atraída por dos de mis compañeros. Por los dos, desde el principio. Ellos dos eran muy amigos entre sí, y yo los veía siempre como un dúo. Vivían juntos en un piso cerca de la universidad y llegué a pensar que eran una pareja gay. Pero no lo eran.

Antes de que empezara nada por lo menos pasamos un año solo como amigos, de mucho flirteo. Yo a veces coqueteaba con uno, a veces con el otro, pero no había nada más. No salía mucho porque quería sacar el doctorado y me centré mucho en estudiar. Además no me había olvidado de mi exnovio.

El segundo curso de doctorado el departamento organizó una fiesta de Navidad y bebimos mucho no, lo siguiente. Después, cuando la fiesta acabó, alguien propuso ir a un pub. El sitio estaba llenísimo, era imposible ir hasta la barra, chocabas todo el rato con cuerpos, y acabé besándome con Gero en la barra. Muy apasionadamente. De repente me di cuenta de que Achim nos

estaba mirando fijamente, con la boca abierta, y se fue. Entonces le dije a Gero: «¿Crees que Achim se ha molestado?» y él me respondió que sí. Pero no acabé de entender si se había molestado porque estaba enamorado de mí o estaba enamorado de Gero. Me sentí muy mal, muy culpable; no quería hacerle daño a nadie.

Gero y yo nos fuimos a mi casa e hicimos el amor. Sin embargo, me sentía muy confusa. Sabía que había acabado con Gero por pura casualidad, porque él estaba allí en aquel momento y en aquel lugar. Si hubiese sido Achim el que estaba en la barra, habría acabado con Achim y no con Gero.

A la mañana siguiente le dije a Gero que me gustaba mucho y que le tenía por un muy buen amigo, pero que no me veía capaz de mantener una relación. Puse como excusa el luto por mi novio.

Los siguientes meses, creo que fueron dos, fueron una auténtica tortura. Tanto Gero como Achim me evitaban. En el comedor ya no se sentaban a mi lado, y se limitaban a saludarme muy fríos. Me sentí hundida, dejada de lado. No sé..., como traicionada. Hasta que una noche me emborraché y llamé a Gero. Le expliqué lo que pasaba: que me sentía muy sola, lejos de mi casa, sin familia, y que había metido la pata.

Al rato sonó el timbre de la puerta y mi sorpresa es que me encontré con los dos, Gero y Achim, que venían con dos botellas de vino y con sushi (a mí me encanta el sushi). Tenían también marihuana, así que bebimos, fumamos, y acabamos haciendo el amor los tres. Para mí fue muy raro. Mi experiencia sexual era muy limitada. No fue ni bonito ni particularmente excitante, ni morboso. En realidad, fue bastante torpe todo. Estábamos los tres muy cohibidos y muy puestos. No te voy a mentir y decir que fue maravilloso porque no lo fue. Ahora cuando nos acordamos, nos reímos mucho. Salió muy mal, muy patético todo, mucha vergüenza, muy torpes. Pero al menos, después, nos atrevimos a hablar.

Lo demás fueron conversaciones y conversaciones. La cosa es que ellos ya habían hablado sobre el tema y habían diseñado la idea que al principio me pareció inaceptable. “Vivamos los tres juntos. Tratemos de ensamblar nuestras vidas, hagamos la prueba”. Aclararon que no me proponían un *ménage à trois,* que no era una cuestión de sexo. Que me proponían compartir. Compartir gustos, amistad.

Nadie sabía realmente qué iba a terminar pasando. Podía resultar un desastre o no, era un desafío. Pero luego no fue tan difícil. Achim había tenido una vida sexual muy abierta, siempre con parejas abiertas, y experimentando con hombres y mujeres. No le venía grande la cosa. Gero y yo habíamos vivido una vida más convencional pero, en realidad, cuando estudias física ya te desmarcas de la convencionalidad. Hacer ciencia es estar en la punta de la lanza, en la frontera de lo desconocido; se va haciendo camino al andar, como decía Machado. Y física, ya ni te cuento. Ser científico te da una bolsa de herramientas extra para verlo todo. Aprendes a no creerte cualquier cosa que te digan, a cuestionarlo todo, a ver la cara B de la vida. Es algo muy

agradable, y no es como dicen algunos, que piensan que saber ciencia te fastidia la experiencia de las cosas. Al contrario, te da una segunda visión. Elegí esta carrera porque me parece apasionante comprender las leyes de la naturaleza, desde lo más grande, como la cosmología, hasta el funcionamiento de lo cotidiano, como la luz, la energía, el movimiento..., y por eso creo que fui capaz de abrir la mente y aceptar algo que se salía de la norma, porque mi mente ya estaba preparada para aceptar lo novedoso, y probablemente me atrajo el reto, no te lo niego.

No los considero mis novios. Tampoco los considero mis amigos. Etiquetar es inútil y absurdo. Simplemente los amo y no establezco comparaciones. ¿Complicado? Agrégale que nuestra relación continúa siendo abierta. Los tres podemos tener sexo con otras personas. ¡Qué escándalo! Pero ¿a quién le importa? Yo en realidad no lo hago, pero la posibilidad está ahí si quiero usarla. Creo que la parte sexual es importante en una relación pero también que tendemos a sobrevalorarla como vínculo de unión. Podríamos no volver a tener sexo entre nosotros y yo los seguiría queriendo. Así es el amor. Siento que cuando te quitas las limitaciones afectivas y sexuales no te queda más que amar a las personas en estado puro porque ya no hay restricciones a las cuales aferrarte para sentir seguridad.

Pues, mira, convivimos, nos cuidamos, nos amamos, viajamos, nos divertimos, nos encontramos y desencontramos y, a veces, sentimos celos y nos odiamos juntos. Tenemos los mismos conflictos que tienen las relaciones de dos personas.

En el tema práctico tenemos tres habitaciones, y a veces dormimos los tres solos, a veces acompañados. Y el sexo lo mismo. Es como una pareja normal, a veces quieres sexo y a veces no. Pues aquí tiene sexo quien quiere, cuando quiere y con quien quiere, no limitamos nada, es todo muy natural. Te diré que es más fácil vivir con ellos que lo que fue vivir con mi novio. Los dos son extremadamente limpios y tranquilos, en la convivencia no tenemos roces. El día a día es muy fácil. No recuerdo que hayamos tenido ninguna discusión muy gorda, de verdad, en serio, mientras que con mi exnovio las tenía... creo que por lo menos una al mes. Por cualquier nimiedad. Por celos, por el estado de la casa... Achim y Gero son mucho pero mucho más maduros que Ángel. Ángel en realidad era un niño aferrado a su mamá que ni siquiera se atrevió a irse de León para no dejar de verla. Creo que el carácter alemán es mucho más independiente, más pragmático. No sé si habría podido vivir esta experiencia con dos españoles.

En nuestro trabajo no hemos dicho nada por una cuestión de discreción. La gente cree que vivimos juntos para compartir gastos. Tenemos amigos que lo saben, y lo sorprendente es que lo aceptan con mucha naturalidad. Mi familia no lo sabe, y la de Gero tampoco. La madre de Achim sí. Pero la madre de Achim vivió en los años setenta en Ámsterdam, así que nada le sorprende. Me duele mucho no poder contarlo a mi familia, no poder llevarles a cenar a los dos por Navidad, pero sé que no lo entenderían, prefiero vivir en el armario.

Yo creo que tradicionalmente nuestra mirada sobre las relaciones erótico-afectivas se ha metido en un molde, en una caja. En una caja en la que solo cabía un modelo de amor. Y se nos han inculcado a partir de la constante repetición, infinidad de creencias, prejuicios y demás postulados instituidos por el orden económico y social buscando evitar lo diferente, uniformándonos para que marchemos todos iguales y ordenaditos. Pero de la misma manera que en física han caído muchos postulados, en el amor están cayendo también.

No sé, podría hablar en términos físicos y decir que la propia dinámica de movimiento entre los cuerpos es una dinámica que afecta también a la idea misma del romanticismo en Occidente. En física hay un axioma que dice que "nadie sabe en realidad todo lo que un cuerpo puede hacer". Pues bien, si anteponemos la sensibilidad al método, es posible expandir los límites conocidos y sistematizados de cualquier tipo de datos empíricos, y eso se aplica también al amor. La física te enseña que hay muchos niveles de realidad, y esto se puede aplicar al amor y al deseo.

Para vivir como nosotros vivimos hace falta lograr ver al otro, a los otros, como un sujeto que no me pertenece y no como un objeto que puedo poseer, manipular y controlar. Ya es un lío importante en muchas relaciones amorosas de a dos y este reto se incrementa en las relaciones poliamorosas.

Muchos matrimonios convencionales siguen así porque las cosas "tienen que ser" como son, como han sido toda la vida. Más aún, infinidad de personas han sentido o experimentado el poliamor en la clandestinidad. Los amigos de mi padre tenían todos queridas más jóvenes, y todo el mundo lo sabía, solo que se vivía en una sociedad hipócrita.

Cada quien es libre de imaginar qué es esa naranja partida por la mitad o compuesta por gajos que busca su propio modo de estar completa. Por ahora soy una fruta dividida en tres partes que ama completamente a las dos que no son yo. Esta es mi visión de la vida. Creo que el poliamor termina siendo —al igual que el feminismo y las nuevas masculinidades— un movimiento de liberación humana.

¿Que si creo que esto puede durar toda la vida? Ni idea, de verdad. Puede que se acabe mañana mismo. Pero me puedo imaginar antes envejeciendo con Gero y Achim de lo que nunca me imaginé viviendo con Ángel. La vida que Ángel me proponía no me gustaba. Me veo mejor en esta».

Ella + Él + Ella

Rosa y Piluca, sesenta años, y Juan, sesenta y dos. Llevan casi veinte años viviendo juntos.

Mi amigo Enrique me había contado la historia hace años. Su tío vivía con dos mujeres: su mujer de toda la vida y otra, a la que

llamaban la tía Piluca. Hasta que Enrique no pasó la adolescencia no se preguntó nunca por qué la tía Piluca vivía con sus tíos. Siempre habían vivido juntos y él había entendido la situación como algo normal. Por fin le preguntó a su madre. La respuesta de su madre: «Eso se lo preguntas a tu tío». El tío le contó que vivía con las dos y que no era tan divertido como se pudiera ver desde fuera, porque cuando había peleas domésticas las dos acababan por hacer siempre frente común contra él.

Cuando le conté a Enrique que estaba haciendo este libro y le pedí si por favor podía ponerme en contacto con su tío, la respuesta fue que él no estaba interesado en verme. Pero ellas sí. Las dos me habían leído.

Nos citamos en una cafetería muy convencional del barrio de Salamanca, uno de los barrios más caros de Madrid. Ellas no viven en Madrid, pero dice mucho de su estilo de vida el hecho de que hubieran ido de compras a Serrano. Las dos mujeres con las que me encontré nada tenían que ver con la idea que yo me había hecho sin conocerlas. Las imaginaba mucho más perro flautas, por llamarlas de alguna manera, más parecidas al tipo de mujer que me suelo encontrar en manifestaciones feministas: sin maquillaje, cabello blanco, ropa cómoda. Pero no. Rosa y Piluca iban las dos elegantísimas. Piluca en particular parecía recién salida de las páginas del *¡Hola!* Pensé que tendría unos cincuenta años. Más tarde supe que tenía sesenta. Como transcribir la conversación lastraría el ritmo del libro, he condensado su testimonio en dos relatos.

Rosa: «Nos conocimos en la Facultad de Derecho de Madrid en plenos años setenta, con los grises y todo eso. Nosotros éramos muy rojos por entonces, muy concienciados, por decirlo de alguna manera, y nos pasábamos la vida en asambleas, en cine clubs y en eso. Fumábamos porros a todas horas. Se suponía que estaba de moda el amor libre, pero yo no lo practicaba. Juan sí que había venido de grupos más libertarios y sí que había tenido más experiencia sexual. Yo, muy poca.

Piluca estaba en la facultad pero no en nuestra clase, estaba en otro grupo. Pero sí que se movía con nuestro grupo de amigos. Lo cierto y verdad es que en aquellos días todo el mundo estaba un poco enamorado de ella. Era, por así decirlo, “la guapa” de la facultad. Entonces ella tenía el pelo muy largo, por la cintura, como estaba de moda entonces, y era rubia natural, y muy delgada. Iba siempre en vaqueros y camiseta, pero era muy elegante, por decirlo de

alguna manera. Yo sentía mucha envidia, te lo confieso, pero cuando empezamos a intimar más y a hacernos más amigas pasé de la envidia a la admiración. Bueno, en realidad la envidia se nutre de admiración. Quiero decir que nadie envidia al que no admira. Piluca no solo era monísima, es que era también inteligente, ocurrente, divertida, culta. Lo tenía como quien dice todo.

En aquella época estaba de moda lo del "amor libre". Pero estaba de moda de esa manera. Se hablaba mucho de amor libre, pero lo cierto es que había mucho machismo, mucho doble rasero, mucha doble moral. O sea, que todo el mundo creía en el amor libre para acostarse con Piluca, pero luego cuando se sacaban una novia seria, pues la novia seria iba poniendo a Piluca de puta para arriba. Lo más triste es que alguno de los que más verde la pusieron fue precisamente porque no pudieron acostarse con ella. Cuanto más honor, más dolor. Al final Piluca se llevó muchas decepciones.

En el último año de carrera Piluca empezó a salir con un señor de nuestra ciudad de origen. Le llamábamos así, "el señor", porque era diez años mayor que nosotros, y vestía como un señor. Nadie sabía qué hacía Piluca con alguien así. Era un señor..., pues eso, vestido de señor, por decir algo. De lo más convencional. Tenía muchísimo dinero, y le hacía a Piluca regalos carísimos, y la llevaba a cenar a restaurantes, y a la ópera y a sitios así. Yo sí entendía por qué Piluca estaba con él. Se había cansado de los niñatos de la facultad que iban de progres y libertarios y luego eran machistas como el que más, de modo que creo que decidió que, para estar con un machista, mejor irse con uno de los que te vienen a buscar a casa con el coche y te lo pagan todo. El señor, además, era bastante guapo, entiéndeme. No nuestro estilo, pero guapo. A los dos años Piluca se casó con el señor, en una boda por la Iglesia y ella vestida de blanco y todo. Del grupo de la facultad solo nos invitó a Juan y a mí. Y allí no pintábamos nada, Juan con el pelo largo, y yo con el pelo hasta la cintura, y las gafas de concha, y la falda jipi...

Bueno, pues Piluca enseguida tuvo dos hijos, niño y niña, la parejita, y se dedicó a su casa y a ellos. Yo saqué las oposiciones y Juan se hizo laboralista. Todos regresamos a nuestra ciudad de origen. Llevábamos vidas muy distintas y teníamos muy poco tiempo, pero nos veíamos varias veces al año, Piluca y yo tomábamos café o cenábamos alguna vez.

Piluca nadaba en dinero pero era muy infeliz. Vivía en una casa enorme, con servicio, pero era como quien dice una jaula dorada. Su marido la tenía controladísima, y la sometía a lo que ahora llamaríamos maltrato psicológico, pero que entonces no tenía nombre. Le gritaba, era superposesivo, controlador, le decía constantemente que no servía para nada, y como suele suceder en estos casos, el maltrato psicológico acabó por ser maltrato físico. Cuando sus dos hijos se hicieron mayores se fueron a estudiar los dos a Estados Unidos. Piluca había aguantado hasta entonces por los niños, pero cuando se vio sola decidió divorciarse, y entonces él sí que se volvió loco, por decirlo de alguna manera. Una noche se presentó Piluca en mi casa, en un

taxi, se había ido con lo puesto, estaba aterrorizada. Él se había emborrachado, había roto media casa, le había destrozado todos los vestidos con unas tijeras, había armado la marimorena... Ella estaba temblando. Por supuesto que le dijimos que se quedara en casa y que no volviera allí.

Los trámites de divorcio se hicieron eternos, él tenía muy buenos abogados y nada que perder, y Piluca no se atrevía a volver a casa, le había cogido pánico, así que se quedó en la nuestra. Todavía no había Ley Integral de Violencia de Género. Por cierto, creo que la ley salió dos o tres años después, así que nadie podía obligar a su marido a salir de casa.

Nosotros llevábamos para entonces veintipico años juntos y nuestra relación era buena, pero sexualmente nula. Yo tenía una historia con un compañero de trabajo, también casado, y me sentía muy culpable. Él es once años menor que yo, y me daba un tipo de sexo, de pasión, que con Juan ya se había acabado, por decirlo de alguna manera. Pero nunca le había contado nada a Juan. Mi amante no iba a dejar a su mujer, me lo había dejado siempre claro, y yo no tenía mayor interés en dejar a Juan. Tenemos una hija que se había ido a estudiar a Madrid, y desde que ella se había ido la casa se me hacía muy grande, por así decirlo.

Cuando llegó Piluca a casa nos alegró mucho la vida. En primer lugar, y esto va a sonar tremendamente machista, porque se hacía cargo de la casa. Nosotros teníamos una asistenta, pero tener asistenta una vez por semana no te evita poner lavadoras o hacer camas, y lo de las tareas de la casa había sido siempre un punto de fricción porque Juan es un auténtico negado. Piluca se ocupaba de todo, y también cocinaba. De modo que yo llegaba a casa agotada, como siempre, y ya no tenía que pensar en qué hacía de cenar o en colgar o descolgar la ropa y eso. Además, tenía con quien hablar. Antes de llegar Piluca, Juan y yo ya no hablábamos mucho, por las noches veíamos un rato la tele y punto, pero con Piluca cada noche sacábamos algún tema de conversación. Dejamos de mirar la tele. Yo me sentía mucho más feliz con ella en casa. Me lo pasaba muy bien, valoraba su compañía. Ella siempre me decía: “¿No os molesto? Siento que invado vuestra intimidad”, y yo: “Qué va, mujer, si estamos encantados”. Yo de verdad lo estaba. Mi vida con Juan se había hecho tremendamente aburrida. Juan es muy casero y los fines de semana los pasa leyendo y lo más que sale es para darse un paseo con el perro y desayunar. Con Piluca empecé a salir de compras, al cine, de vinos. Fue como revivir. La verdad es que todo el mundo me decía que me veían mejor.

Un día Piluca me dice que tenemos que hablar, muy seria, y me cuenta que se tiene que ir. Que Juan le ha dicho que se está enamorando de ella y que con lo bien que nosotros la hemos tratado, que no puede hacerme una cosa así, que se tiene que volver a su casa. Yo le dije que era una locura, que a su casa no podía volver. Y hasta que no se resolviera lo del divorcio tampoco podía irse a un hotel, porque él le había bloqueado el acceso a las cuentas. Y a casa de sus padres menos, porque se habían puesto a favor de él y la culpabilizaban a ella.

Yo volví a casa y le pregunté a Juan si lo que me había contado Piluca era verdad y él, casi llorando (y Juan no llora nunca), me admitió que sí.

De modo que yo me fui a casa de mi madre unos días para pensar. Sabía que si les dejaba solos lo lógico era que se liaran, pero me daba igual. No quería seguir estando allí. Me sentía traicionada por los dos. Pero por otra parte entendía que Juan se hubiera enamorado de Piluca. Si yo misma estaba, de alguna manera, como quien dice, enamorada de Piluca. Y ¿qué derecho tenía yo a pedirle nada a Juan cuando yo le había sido infiel? Lo que sentía era rabia. Porque sentía que me dejaban de lado.

A los dos días tenía a Juan en la puerta de casa pidiéndome que por favor volviera. Me dijo que estaba hecho un lío. Que a mí me quería, y a ella también. No me tenía que explicar nada porque yo había experimentado lo mismo por mi compañero de trabajo. Sentía que quería a Juan con un amor sereno, por así decir. El amor que se siente por una persona junto con la que has crecido, aprendido, descubierto cosas. Pero a mi amante le deseaba y le admiraba.

Aquella noche hablamos y bebimos mucho, y llegamos a la conclusión de que merecía la pena intentarlo. Seguir viviendo los tres juntos.

Nuestra vida sexual no es esa orgía y depravación continua que la gente imagina. Yo sigo teniendo la historia con mi compañero de trabajo, pero cada vez es menos apasionada. Nosotras dos, Piluca y yo, no estamos involucradas sexualmente, excepto en ocasiones cuando los tres hemos estado juntos, pero sí nos sentimos emocionalmente íntimas y compartimos todo en ese nivel. Es mucho más que una amiga o que una hermana. Por lo demás, compartimos a tres todo lo que cualquier otra pareja a dos: casa, vida doméstica, viajes, cine, conciertos, cenas...

La vida sexual que teníamos Juan y yo antes de la llegada de Piluca era casi inexistente, por así decirlo, y lo cierto es que no sé si la competencia me estimuló, pero desde lo de Piluca mejoró mucho. Alguna vez hemos intentado hacer un *ménage à trois,* por supuesto, pero no ha salido como en las películas. En realidad a mí sexualmente no me gustan las mujeres, así que lo que encuentro en Piluca es más bien compañerismo, cariño, complicidad, otro tipo de amor. El amor tiene multitud de ingredientes: complicidad, intimidad, pasión, sexo... y puede que haya alguien que lo encuentre todo en la misma persona. Yo lo he dividido en compartimentos. El sexo fue durante mucho tiempo para mi amante, la complicidad y la diversión las vivía con Piluca, y la intimidad con Juan. Ahora que los tres tenemos sesenta años hemos sustituido el sexo por cariño.

No te diré que fuera un camino de rosas al principio. Hubo muchos ajustes, por supuesto, muchas charlas. Los tres hemos trabajado mucho para desterrar los celos y la posesión, pero sí es cierto que ya en la facultad habíamos vivido esa filosofía, de modo que no nos venía de nuevas.

El sexo nunca fue lo más importante entre nosotros. Nadie ha pensado en montar un harén. No creo que nos interesara más el sexo que a cualquier otra

persona. Nos interesan más, por así decirlo, los sentimientos, a los tres.

La verdad es que hasta que tú me lo dijiste, ni siquiera sabía que esto se llamaba poliamor. Solo queríamos ser honestos y ser felices.

A nuestro alrededor, al principio, no se lo contamos a nadie. A todo el mundo le decíamos lo mismo. Primero que Piluca se quedaba en casa hasta que se resolviera el divorcio. Después, cuando el divorcio se resolvió, Piluca vendió la casa y nos fuimos los tres a vivir a una más grande. Y, claro, eso ya era más difícil de explicar. Nosotros solemos decir que Piluca no puede vivir sola porque padece estrés postraumático después de la historia que vivió con su marido. Es una verdad a medias.

Como ahora llevamos casi quince años juntos, los más cercanos ya lo saben. Mi hija lo sabe. Pero los hijos de Piluca no, aunque supongo que lo sospechan. Mi hija habla de «su tía Piluca» y en la urbanización piensan que Piluca es mi prima, que vive con nosotros después del divorcio. No, no creo que nadie comente nada. Es que tú ves a dos señoras de cierta edad como nosotras y a un señor calvo y barrigón y lo último que piensas es que viven en un trío *(se ríe)*.

Sí, somos muy felices. Desde luego yo soy más feliz a tres que lo que era cuando Juan y yo vivíamos en pareja. Creo que seguiremos juntos toda la vida, pero cuando empezamos ninguno pensó que lo nuestro pudiera durar».

Piluca: «La verdad es que cuando me fui a vivir con ellos tenía mucha envidia. Juan trataba a Rosa con el máximo respeto. Yo no había vivido eso. Mi exmarido me trataba muy mal. Me gritaba, me ridiculizaba, criticaba mi ropa, mi aspecto, mi forma de hablar, me gritaba, o se pasaba días sin hablarme. Había días en los que era encantador y días en los que era un ogro. Nunca sabías con qué pie se iba a levantar. Así que encontrarme de pronto con personas civilizadas, que hablaban las cosas con calma, con respeto, fue como llegar a un país diferente. A un país con un estado del bienestar cuando llegas de un país en guerra. Y yo era la refugiada, claro. Por eso creo que me sentí atraída inmediatamente por Juan, porque era todo lo que mi marido no era. Por Rosa no sentía una atracción física, pero sí intelectual, muy fuerte. La admiro mucho. Tiene todo lo que yo no tengo. Es mucho más tranquila, más asertiva, menos emocional. Es como una roca. En fin, me sentía atraída por los dos, pero de diferente manera. Y sí que sentía cierta atracción sexual por ambos. Es muy difícil de explicar, pero desde el principio de alguna manera supe que me gustaban los dos, aunque estaba muy confusa. No sabía ponerle nombre a lo que sentía. Creo que eso es lo que hacía las cosas más difíciles. O sea, si te gusta un señor, tú ya sabes lo que es. Me gusta este hombre. Punto. Se llama atracción sexual. Pero cuando te gustan dos personas al no poder ponerle nombre a lo que sientes no puedes manejarlo, te ves incapaz de gestionar tus emociones.

Creo que tuve una suerte increíble, me lo repito todos los días. Valoro muchísimo la suerte que tengo, de verdad. Después de unos años tan horribles con mi primer matrimonio esto ha sido un regalo.

La pareja ideal, aquella en la que se une el amor y el sexo, no existe. El tres, a veces, es el único equilibrio. En cuanto entra un tercero, se activa el deseo. Uno desea algo en la medida en que otro también lo desea. Si tú y yo vamos a una tienda y queda un solo bolso, y yo dudo si comprármelo o no, y de repente tú quieres comprarlo, yo me decidiré a comprarlo. Funciona así. Todos deseamos lo que otro también desea.

No fue algo sucio, ni oculto. No hubo malicia. Los primeros cuatro meses fueron muy bonitos. Desaparecía el factor de posesión, había una enorme sensación de generosidad. Luego claro que llegó el periodo de ajuste. Ya no era todo tan bonito, pero eso pasa en cualquier pareja, no solo en un trío. Yo creo que un trío revuelve las emociones de tres personas, en lugar de las dos habituales. El potencial de todo se incrementa, desde el nivel de excitación hasta el grado de daño y de angustia. No es lo mismo enfadarse con una persona que tener a dos en contra. Además, para lo bueno y para lo malo, un trío no cuenta con referentes de ningún tipo. Te las tienes que componer sola, imaginar las soluciones. El tres representa lo impar. Rompe la simetría, el equilibrio. Pero, a la vez, tres patas ya pueden sostener algo.

Las formas del amor pueden ser infinitas, mientras las partes implicadas actúen por propia voluntad. Tiene que ver con el espíritu de conquista, con hacer tambalear tu vida para saber que estás vivo.

Nietzsche decía que las personas vitalistas son aquellas que aman la vida no porque están acostumbradas a vivir, sino porque están acostumbradas a amar. Porque estar acostumbrado a vivir no es amar la vida, es simplemente rutina. Pero no podemos vivir sin amar, sin desear, y eso implica el cambio, la corriente, el movimiento perpetuo. El amor no es siempre igual a sí mismo; evoluciona. La persona vitalista no ha domesticado la vida con sus costumbres, porque sabe que la vida es mucho más fuerte que una misma, por eso cuando llega una situación como esta, pues la abraza, y la vive. Yo creo que una persona menos vitalista que yo ni siquiera habría encontrado el valor para divorciarse, para cambiar de vida. Yo he descubierto que soy mucho más valiente de lo que yo creía».

Ella + Ella + Ella

Arantza y Chelo, cuarenta y dos años y Susana, treinta y dos años. Llevan seis años viviendo juntas.

La conocí hace muchos años, cuando ella quizá tenía veinte y colaboraba como organizadora en el primer festival de cine gay y lésbico que se organizó en Madrid (entonces ni siquiera se usaba la etiqueta LGTB). Era complicado para ella porque ya entonces estaba muy armarizada puesto que trabajaba en una empresa de

consultoría de perfil muy conservador. Me la he ido reencontrando a lo largo de los años en diferentes eventos. En los últimos años siempre la veía con dos chicas. De una sabía que era su pareja desde siempre, desde que nos conocimos. La otra, pensaba yo, era una amiga. Al final alguien me explicó que en realidad vivían las tres juntas. Cuando me dispuse a escribir el libro, repetí el esquema de siempre: llamar a un viejo conocido. Preguntarle aquello de: «¿Tú sabes dónde está Arantza, la del festival de cine?... Sí, esa bajita con melenita negra, trabajaba como auditora... Sí, esa». «Pues no tengo su teléfono pero te puedo dar el de Menganito, que quizá la conoce». En realidad todo este libro se ha ido construyendo así, a través de una amplísima red de personas que me han ido conectando con personas. Mi vida amorosa y mi vida social no difieren mucho. Soy una persona curiosa y siempre me he movido en ambientes muy diferentes. Una persona muy social no encaja en una pareja fusional al estilo tradicional.

«Yo conocí a Chelo cuando las dos éramos muy jóvenes, en la facultad. En aquellos tiempos, sabes, lo normal no era decir claramente si eras lesbiana o gay, era algo que se solía llevar oculto. Nosotras no nos lo dijimos la una a la otra, y nos pasamos casi un año enamoradas la una de la otra pero sin decirnos nada, cada una convencida de que la otra no era lesbiana. Así que nos conocimos con veinte años y llevamos juntas desde entonces. Veintidós años. Somos mucho más que una pareja. Somos compañeras, amigas, hermanas, ¿me explico? Lo nuestro ya es indestructible. En esos veintidós años han pasado muchas cosas. Cada una ha tenido sus escarceos o sus aventuras o sus flirteos, ha habido muchas dudas, muchas crisis, pero nadie pudo romper lo que teníamos.

Yo subí en mi empresa a una velocidad estratosférica porque, no nos engañemos, tener hijos lastra la carrera de una mujer y yo no los iba a tener. A mis jefes no les dije jamás que era lesbiana. Simplemente les dije que tenía un problema médico para tener hijos y que por convicciones religiosas no me quería hacer una *in vitro*. Estuvieron encantados con la explicación. Me inventé un novio y no di más datos sobre mi vida. Supongo que mucha gente se daría perfecta cuenta de que yo era lesbiana, sabes, pero mientras yo no hablara mucho sobre el tema, pues ya estaba, ¿me explico? A las cenas de empresa he acudido durante años con mi mejor amigo gay que se hacía pasar por mi novio. Ahora voy sola.

Susana entró a trabajar como mi asistente. Eso fue hace cinco años. Yo entonces tenía treinta y siete, le saco once años a Susana. Ella se acababa de casar, tenía el piso puesto, la vida hecha y un trabajo que había conseguido gracias a una recomendación. ¿Has oído hablar de la lista Deloitte? Un

documento de uso interno que llegó a quien no debía y que desvelaba cómo los hijos de la élite lo tienen mucho más fácil a la hora de acceder a determinados sectores profesionales. En mi firma entra mucha gente por medio de una lista así, y yo sabía desde el principio cómo había entrado Susana, y por esa razón te reconozco que le había cogido mucha ojeriza. Es raro cómo tantas veces acabas enamorándote de gente que al principio no podías ni ver. El roce hace el cariño, dicen. Pero ella estaba casada, yo no pensaba que tuviera la más mínima posibilidad.

El tema es que nos tocó ir a hacer una auditoría a Valencia, nos tuvimos que quedar a pasar la noche allí, nos emborrachamos y pasó lo que pasó. No era la primera vez que yo tenía un asunto al margen de mi pareja, pero sí era la primera vez que lo tenía con alguien del trabajo, y para colmo mi subordinada. Me sentí una estúpida. Pero si me había acostado con ella era porque me había enamorado. Aunque seguía amando profundamente a Chelo.

Yo tenía una especie de acuerdo con Chelo que venía a ser que cada una de las dos podía tener sus historias fuera de la pareja siempre que no afectara profundamente al funcionamiento de la misma. Es decir, que mientras no robara tiempo a la pareja principal, o energía, no pasaba nada. Y, como Susana también estaba casada, pensé sinceramente que la historia no afectaría a la relación entre Chelo y yo...

Y aquello siguió un año más. Nos inventábamos o forzábamos viajes de negocios para estar juntas. A mí me corresponde hacer muchas auditorías en Bilbao, Barcelona, Zaragoza, Valencia. Antes de lo de Susana cogía el primer avión de la mañana y regresaba en el último de la noche, sabes, pero con Susana alargaba intencionadamente las auditorías para tener que dormir fuera de casa Y desde luego viajaba siempre con mi asistente. También a veces nos escapábamos a mediodía y nos íbamos a un hotel. Y muchísimas muchísimas veces teníamos sexo en la oficina. Te reconozco que me excitaba el morbo de lo prohibido, de lo clandestino, de lo nuevo, pero nunca, ni por un segundo, pensé en dejar a Chelo. No sé por qué, creía que aquella situación podía durar indefinidamente. Que íbamos a seguir igual. Susana casada, yo con Chelo... Hasta que la situación explotó.

El marido de Susana se enteró, y lo siguiente es que a Susana no le renovaron el contrato porque la recomendación había dejado de serlo y había funcionado a la inversa. En mi caso no tenían tan fácil el despido. Llevaba diez años en la empresa y tenía un contrato blindado. Y además soy muy buena en mi trabajo. ¿Me explico? Lo más fácil era deshacerse de ella.

La casa en la que Susana vivía con su marido pertenecía en realidad a sus suegros, sabes, de forma que fue ella la que se tuvo que ir y regresar a casa de sus padres, que no estaban precisamente contentos con la historia, ¿me explico? Susana se quedó sin trabajo, sin casa, sin marido, y casi sin familia, porque ellos le hacían saber cada día que no aprobaban lo que había hecho. En esa situación yo no podía desentenderme de ella, sabes, sentía que debía estar a su lado, escucharla, ofrecerme como paño de lágrimas. No me quedó

más remedio que contarle toda la historia a Chelo.

No es que Chelo aceptara lo que había pasado así, de buenas a primeras, pero ya te he dicho que después de tantos años nosotras éramos sobre todo amigas, y en realidad ella más o menos ya se había olido la tostada. Todos esos viajes de trabajo, y el hecho de que yo me iba a trabajar maquilladísima, lo de que de repente me hubiera comprado un montón de ropa interior cara y me la pusiera precisamente para ir a trabajar... Chelo no es tonta, pero había preferido mirar hacia otro lado porque le era más cómodo, esperando que más o menos la cosa se me pasara antes o después. Digamos que yo había mantenido la relación con Susana con su conocimiento pero no con su consentimiento.

En realidad la única solución posible era la de estar las tres juntas. Yo no iba dejar a Chelo nunca. Lo veo como si le dijeras a una persona que como se ha enamorado tiene que renunciar a su familia. En realidad, la solución es tan simple como presentar a tu novia a tu familia y punto. Ya sé que desde fuera se ve de otra manera

Al principio lo de que Susana se viniera a nuestra casa se concibió como una solución de emergencia. Susana había tenido una pelotera muy grande con sus padres, no se encontraba bien y no tenía adónde ir. Chelo ya conocía a Susana y pese a que le pudiera molestar más o menos que entrara en nuestro espacio de pareja, sabes, también vio la oportunidad de conocer a Susana mejor y evaluar si lo nuestro, lo de Susana conmigo, iba en serio o no era más que un capricho tonto que me había dado a mí. Pero lo cierto es que acabó resultándonos muy fácil. A todas. Vivimos juntas, ya está. Tenemos una casa lo suficientemente grande como para poder hacerlo. Ninguna interfiere en el espacio de la otra.

Quienes estamos dispuestas a cuestionar valores preestablecidos y hegemónicos, quienes nos atrevemos a ser libres en nuestra esfera personal, en nuestro día a día cotidiano, quienes rompemos moldes, debemos saber que va a haber dos planos contrapuestos. Uno, un ámbito placentero, gozoso, lúdico, de aprendizaje. Y otro un costo social. Por ejemplo, yo en mi trabajo no puedo contar nada de lo que sucede, y eso lo llevo mal. Tampoco podemos explicárselo a nuestras familias. Nuestras amigas, sin embargo, lo han entendido siempre bien y nos sentimos muy queridas y acogidas por ellas.

Cuando me pongo a pensar en las conversaciones que he sostenido en la intimidad con mi grupo de amigas y en las confidencias sobre el devenir de sus vidas amorosas, cuando intento entender los problemas, disgustos, placeres y sobre todo los impulsos del deseo de las lesbianas, sabes, creo que ciertamente las lesbianas tenemos una experiencia probada en la capacidad de atender al deseo. Si no, nunca habríamos sido capaces de reconocernos como lesbianas y de vivir con placer la sexualidad.

¿Cuántas, tras haber hallado a la que creíamos mujer de nuestra vida y haber construido una “hermosa convivencia” que nos ha dado estabilidad y un porcentaje importante de felicidad, no hemos sentido la angustia de perderlo

todo de nuevo por el deseo que de repente reclama otro cuerpo, otra experiencia, más..., por así decirlo, chispeante, inquieta? Yo creo que si todas hemos sido capaces de romper antes con todo y de enfrentarnos al mundo reclamando el derecho a vivir nuestra sexualidad según el deseo ¿es lógico que nos neguemos a aceptarlo ahora? ¿Por qué? ¿Quién lo ha dicho? ¿Acaso no es el orden patriarcal el que ha impuesto el modelo monógamo? Si ya me salté un orden al decidir ser lesbiana, ahora me salto otro, ya está, ¿me explico? No tengo que copiar al modelo de pareja heterosexual, puedo crear otro modelo.

Para nosotras ha quedado claro que ninguna somos dueñas de las otras, que somos seres libres. Es toda nuestra lucha como feministas por la libertad, el decidir qué hacemos con nuestro cuerpo. Nos amamos pero tenemos libertad y espacio para amar a otras persona sin que eso sea un drama. En ese sentido, las tres sabemos que, si cualquiera de nosotras quiere amar a alguien más, tiene la puerta abierta, ¿me explico? De momento no ha sucedido, pero nadie dice que no pueda suceder. Si mañana Chelo o Susana me dijeran que han encontrado a alguien más, yo lo entendería y además, ¿sabes qué?, no creo que eso rompiera nuestra unión. ¿Que si estaría dispuesta a aceptar a una cuarta persona? No lo sé, tendría que suceder para que te lo dijera. En casa no cabemos tantas... Es una ironía. No sé, creo que ya estoy dispuesta a aceptar cualquier cosa.

Replantear las reglas amorosas implica pensar en el ejercicio de los márgenes de la libertad. En la posibilidad de construir un yo fuerte, desde la independencia del pensamiento propio, el que has decidido tú y no el que te ha impuesto tu familia y tu sociedad. Hace tiempo que sabemos que el modelo monógamo no sirve ni a las familias heterosexuales. Que el modelo monógamo ha necesitado de la persecución, la condena jurídica, religiosa y cultural para imponerse. En la posibilidad de construir relaciones con reglas construidas desde la negociación, no desde una ética y una moral que tú no creaste y que quizá no entiendes, construir y replantear las reglas del amor es un desafío, un reto, una posibilidad creativa que te quita cosas a nivel social, pero que te da la satisfacción de saberte libre. Para mí, personalmente, que trabajo en un entorno tan rígido, tan hipócrita, tan restrictivo, tener ese espacio libre y creativo en mi casa me ha hecho muy feliz, y me ha ayudado mucho a crecer espiritualmente. Creo que es lo mejor que me podía pasar.

También es cierto que en ese entorno rígido en el que trabajo estoy abriendo muchos campos. Soy la única mujer en un puesto tan alto, y contrato sobre todo a mujeres. Creo que he hecho pequeños cambios en una estructura que poco a poco se traducirán en grandes cambios. Pero mi proyecto es dejar la empresa en unos años y crear mi propio negocio de auditoría independiente. Precisamente porque lo de pasarse la vida fingiendo es agotador. En cuanto a mi familia de origen, he decidido no decírselo. A la familia de origen no la eliges. Eliges a la que creas. Y yo la he creado.

Por supuesto que Chelo ha sentido celos, sería totalmente deshonesto decir

que no los sentía. Pero el caso es que Chelo tenía y tiene muchas cosas en común con Susana, entre otras que las dos me quieren a mí. El hecho de que las dos se sintieran atraídas por la misma persona ya prueba que compartían gustos y valores. De forma que después de una noche en la que las tres intercambiamos momentos de placer y presenciamos también escenas que nos resultaron incómodas, tuvimos que sentarnos a hablar. Por una parte nos había encantado, estábamos felices, por otra había muchos miedos y competencia. Nos dimos cuenta de que íbamos a iniciar una relación sin modelo alguno a seguir. No conocíamos a nadie que viviera a tres, entonces. Ahora sí.

Es toda una aventura construir un modelo así, a ciegas. Todo hay que negociarlo. Quién conduce, quién va de copiloto y quién va sentada en el asiento de atrás. Y te lo estoy diciendo tanto metafóricamente como en la vida real. Sí, hemos tenido discusiones por eso, de verdad. Cómo cuidarnos, qué le podía hacer daño a cada una, cómo respetar el hecho de que en esta relación hay muchas parejas: Susana-Chelo, Chelo-Arantza, Arantza-Susana... Y cómo conservar en una trieja un espacio personal. Es un milagro que nos hayamos mantenido tanto tiempo, pero yo creo que, para cuando entró Susana, Chelo y yo éramos sobre todo familia, hermanas, y por eso resultó todo tan fácil. Susana nos aportó juventud, energía, espontaneidad. Nos enseñó bares que no conocíamos, empezamos a montar a caballo gracias a ella. Nos cambió la vida, de verdad.

A mi familia de origen les entiendo, ellos viven cómodos en el modelo de la media naranja. Yo intento ser cuidadosa con un tema que ataca directamente su sistema de creencias y que no pueden ni quieren entender, de momento, ¿me explico? Yo vivo en la confianza de que soy feliz y hago felices a otras y que no hago daño a nadie. Lo que me molesta es la intolerancia, el que ellos me impongan su modelo cuando yo no les impongo el mío. Quizá no están tan cómodos en su modelo si sienten que el mío les amenaza, si no son capaces de respetar un modelo diferente. Yo he decidido ser feliz y creo que lo estoy consiguiendo. Eso me basta».

Él y Él + Ella

Blai, Pep y Martina, alrededor de setenta años. Vivieron juntos durante unos años. Hoy Blai y Pep son pareja y Martina es su amiga *íntima*.

A Blai y Pep los conocí hará quince años en Ibiza. Son dueños de una casa rural en el centro de la isla. Un amigo joven, de mi edad, me dijo que tenía que conocerles. «Son la pareja más interesante que vas a conocer en la vida». Blai fue profesor de literatura, a día

de hoy está jubilado. Escribe poemas. Pep pinta. De hecho, la casa está decorada de arriba abajo con pinturas de Pep. Esta historia me la contó Blai, pero ni Pep ni Martina, a la que conocería años más tarde en Barcelona junto a los dos primeros, se refirieron a ella jamás, ni yo tenía la confianza suficiente para preguntar.

«A unos dos kilómetros de distancia de la ciudad vieja, a menos de cinco minutos en bicicleta, en un costado de la playa hay una zona nudista con un pequeño *cruising* gay. Ha sido así de toda la vida. Ya era zona de *cruising* hace años. Pero solían ir jipis extranjeros y creía que el único español que cancaneaba por allí era yo. Hasta que me encontré allí con Pep.

La isla en los años setenta era muy particular. Pocos lugares habrán sido tan increíbles y fascinantes como Ibiza al final de los años setenta. Ibiza fue durante mucho tiempo una "isla de libertad". Era como una especie de refugio para los españoles libertarios y alternativos durante el régimen de Franco. Durante ese periodo, a principios de los años setenta, fue considerada algo así como la capital del movimiento jipi. Si preguntas a los extranjeros que vivieron aquí entonces, la gran mayoría te dirá que fue la "época dorada" y se refieren siempre a los años sesenta y setenta. Pero para los ibicencos de toda la vida no era así. Era como si hubiera dos Ibizas. La de los jipis y la nuestra. Mi madre, por ejemplo, era muy católica y muy cerrada. Desde que murió mi padre llevó siempre un pañuelo negro en la cabeza para salir a la calle, para que te hagas una idea.

Yo había ido a estudiar a Barcelona y estuve a punto de quedarme allí. Era más grande y creía que allí tendría más oportunidades para vivir la vida como yo quería. Pero mi madre se puso enferma y me vi obligado a volver. Saqué la plaza por oposición y daba clases en el instituto de la capital. Por supuesto, en aquella época, si se enteraban en el instituto de cómo era mi vida privada, me podían echar. Por eso yo solo ligaba con extranjeros. Cuando vi a Pep allí, en pleno cancaneo, me quedé blanco, porque nos conocíamos de sobra. Él vivía en mi mismo pueblo, más bien su madre tenía una casa allí. Su madre era de una de las buenas familias de la isla. Tenían una casa fuera del pueblo, una casa enorme. Y yo alguna vez había jugado con ese niño cuando éramos pequeños porque mis tíos eran los guardeses de la casa. Cuando le vi la expresión me di cuenta de que él también me reconocía y que tampoco le hacía gracia encontrarme ahí. Creí que era mejor coger el toro por los cuernos y me fui a hablar con él. Y una cosa llevó a la otra. Nos enamoramos, claro.

Justo ese año creo que fue cuando abrió Pachá. En sus inicios era una típica casa ibicenca, encalada, con techos bajos y ventanas pequeñas, era el único edificio que se encontraba al otro lado del puerto de Ibiza. Estaba tan aislada que mucha gente pensó que allí no iba a ir nadie. Sin embargo, Pachá se convirtió en el enclave donde la variada población de la isla se reunía con el objetivo de compartir, experimentar y ante todo disfrutar. Al año siguiente

en San Antonio se abrió la discoteca Paradís. Pepe Aguirre y Lluís Güell abrieron una discoteca que actualmente sigue siendo única en todo el mundo, con sus plantas colgantes, sus imponentes columnas blancas de templo griego. Y en 1976 si no me equivoco Antonio Escohotado abrió Amnesia.

Estaba prohibido en aquel entonces tomar fotos en los clubs, no había áreas VIP ni relaciones públicas y se podía ver mezclados en la pista de baile a gitanos y a príncipes, a diseñadores de moda, a británicos, franceses, americanos, alemanes..., a todo tipo de personas sin importar su condición o estrato social. Aristóteles Onassis y Rainiero de Mónaco, los Rolling Stones, Pink Floyd... A diferencia de hoy, hace años la gente se divertía de verdad sin necesidad de colgarlo en Instagram.

Si te digo la verdad la gente de Ibiza de toda la vida no se solía pasar por allí.

Las discotecas eran caras, y eran más bien para extranjeros o para gente que venía de la península. Pero muy pronto me di cuenta de que el único sitio en el que podría ser como yo quería ser era allí. No está bien decirlo pero yo era un chico guapísimo y pronto me hacía amigo de todo el mundo, así que tenía la entrada gratis. Y Pep tenía dinero. Nos pasábamos la noche de fiesta en fiesta. Y por supuesto nos acostábamos con todo el mundo. Chicos y chicas. Bebíamos mucho, fumábamos porros a todas horas. Era antes de la era del SIDA, amor libre y tal. Sin leyes, sin corsés morales. Repartiendo amor a mansalva sin mirar demasiado a quién; en verano sin ropa, siempre sin condón y en comunión con la naturaleza. Si se les pregunta ahora a los que quedan aquí, la mayoría rechaza la palabra *hippy*, aunque reconocen que llegaron aquí para hacer el amor y no la guerra y para compartirlo todo con todos. La experiencia nos fue mostrando que acertamos en algunas cuestiones, pero también que había cosas del sistema que tenían su razón de ser por la propia naturaleza humana.

Pep vivía con su madre. Los dos éramos hijos de viuda, y eso nos unía mucho. Pep es hijo único, yo soy el mayor, y ambos, por lo tanto, estábamos muy unidos a nuestras madres. Pep había pensado en irse a Barcelona a estudiar derecho, pero no lo hizo porque no quería dejar a su madre sola. Y además como sabía que iba a heredar, tampoco lo necesitaba. Pero tenía clavada la espinita de no haber estudiado. Pep ya pintaba entonces y mucha de la gente que conocimos, millonarios extranjeros, jipis, artistas, le decían que era bueno. Pero le faltaba técnica, claro.

En aquella época lo más era la Escola Massana en Barcelona, y fui yo el que animó a Pep a ir. Yo no le podía acompañar porque no podía dejar a mi madre sola. Entonces el viaje de Ibiza a Barcelona se hacía en barco, o al menos yo lo hacía en barco. Había avión a Valencia, creo, no sé si había vuelo a Barcelona. Era un viaje que duraba toda la noche. Lo que te quiero decir es que no era como si un chico se va ahora, que hay móviles, y Skype y vuelos *low cost* que te dejan en Barcelona en una hora. O sea, eso, que nos iba a suponer separarnos. Pero creíamos en el amor libre, y yo en Ibiza tenía

asuntos con todo el mundo. No pensé que romper nuestra historia fuera muy grave. En aquella época yo tenía la impresión de que Pep estaba loco por mí y yo como que me hacía más el duro, porque era el mayor —soy seis años mayor— y no pensé nunca que se fuera a enamorar de otro.

Así que Pep se va a Barcelona y me van llegando cartas. Y me va hablando de Martina por aquí, Martina por allá, Martina esto, Martina lo otro. Martina era su mejor amiga. Una chica argentina cuyos padres habían llegado a Barcelona huyendo de la dictadura de Videla. Él estaba fascinado con ella porque entonces en España no había gente tan culta. Y ella tenía todo lo que él adoraba: gusto, cultura, elegancia. Yo creía al principio que era una amiga, nada más. Al fin y al cabo en Ibiza teníamos muchísimas amigas.

Cuando llegó el verano trajo a Martina con él. Yo cuando la vi casi me desmayo. Martina era entonces una belleza. Rubia de ojos azules pero con la cara latina, nada parecida a las alemanas que solíamos ver por aquí. Nada más verlos juntos supe que ella era mucho más que una amiga. Y lo era.

Pep, por supuesto, le había contado a Martina lo nuestro, y los dos pensaban que a mí no me iba a importar nada que estuviesen juntos. Si yo, de aquella, estaba cada fin de semana con alguien ¿cómo iba a quejarme? Pero te lo tengo que reconocer: me entraron unos celos furibundos. Hasta entonces pensaba que iba a estar con Pep toda la vida, ni siquiera me había cabido en la cabeza nunca que se fuera a vivir con otra persona.

Como la madre de Pep estaba en aquel momento viviendo en la casa de la capital, nos fuimos los tres a vivir en la casa del interior. *(Es la típica casa payesa, encalada, muy grande. De hecho, muy parecida a las casas donde se hicieron el Amnesia o el Pachá, a día de hoy es la casa rural que Pep y Blai regentan)*. A ojos de los demás, Martina era la novia de Pep y yo el mejor amigo. Yo tenía que tener mucho cuidado para que los rumores no corrieran. Por lo del instituto, ya sabes.

Así descubrí los celos por primera vez. Cada mañana, cuando salía de casa para ir a ver a mi madre, imaginaba a Pep y Martina que se quedaban solos en casa y creía que harían el amor sin mí, y me volvía loco. No sentía a Martina como la novia de los dos, sino como la novia de Pep, aunque los tres hacíamos el amor juntos. Era evidente que tanto Martina como yo estábamos enamorados de Pep, y Pep de los dos. Pero Martina y yo no nos habíamos enamorado el uno del otro. Y para colmo yo sabía que cuando acabara el verano Pep y Martina regresarían a Barcelona y yo me quedaría en Ibiza.

Nunca viví lo nuestro como una relación estable, sino en permanente construcción, una relación que no aguantaría una mentira porque todo se resquebrajaría. Sentí que estaba perdiendo a Pep y fue entonces cuando empecé a valorarlo, a sentir que quería estar con él toda la vida.

Sufrí. El sentir que ellos tenían tiempo para pasar a solas, y yo, por mí y por mi madre, me perdía parte de ese tiempo. Era inseguridad y miedo. Por supuesto no nos faltaron las discusiones como en cualquier relación. Antes de que llegara Martina ya discutía con Pep. Después de ella no discutía ni más ni

menos, solo que las discusiones siempre eran a tres. Eso es todo. Martina además, como buena argentina, era muy temperamental, lloraba por todo, y las discusiones eran mucho más dramáticas.

Nunca odié a Martina, nunca, a pesar de que estuviera celoso. Es imposible odiar a Martina. Martina es un ángel. Entonces era muy tímida, muy tranquila, muy sonriente. Y poco a poco mis celos se fueron calmando porque si bien no me enamoré de ella sí que empecé a quererla. Además, ella despertaba mi compasión, mi instinto de protección. La veía muy frágil, física y espiritualmente. Era una chica joven, que había sufrido mucho. Así que para cuando llegó septiembre yo me di cuenta de que les iba a echar de menos a los dos. Desde mediados de junio, habíamos tenido tres meses y medio maravillosos. Nuestro verano del amor.

Pero entonces Pep me dijo que no iba a volver a Barcelona. En Ibiza había un pintor inglés muy famoso que se había establecido en una casa payesa (entonces alquilarlas costaba veinte mil pesetas al mes, una ganga), y que el pintor se había ofrecido a tenerle de asistente. Podía aprender con él mucha más técnica que en la escuela. Martina, por supuesto, también se quedaba.

Los años que vivimos juntos fueron muy bonitos. Acabé queriendo mucho a Martina. La madre de Pep lo sabía, el propio Pep se lo contó, y no nos dijo nada. Se vino a vivir con nosotros, fíjate. Y como era una señora muy respetada, pues en el pueblo no veían nada raro, aunque les parecía mal ¡que Pep viviera con Martina sin estar casados! Imagínate si llegan a saber la verdad. O sea, lo que yo recuerdo sobre todo es aquella sensación de que por un lado vivía una vida muy libre y por otro tenía que esconderla.

El mejor momento del día siempre venía después de la cena, el momento más íntimo. Era preciosa la escena de los tres acurrucados en el sofá, acariciándonos. Nos podíamos pasar horas así, en varias ocasiones recuerdo que amaneció y continuábamos en el sofá, los tres desnudos bajo la manta. Pep siempre trabajaba en casa, allí dibujaba, pintaba. El único que madrugaba por las mañanas era yo porque tenía que ir a trabajar, lo cual me fastidiaba bastante porque tantas noches de sexo y tertulias comenzaban a pasarme factura. Los fines de semana tampoco había descanso. Nos los pasábamos de discoteca en discoteca.

Fue Martina la que decidió marcharse. Pero no porque no nos quisiera, sino porque quería hacer más cosas. Seguir estudiando, y aquí en Ibiza no podía. Cuando regresó a Barcelona se suponía que seguiríamos juntos, que ella volvería cuando acabara la carrera. Iba regresando los veranos, y en Navidad. Pero ella es heterosexual, y es muy difícil conocer a un hombre al que le digas: “Oye, que tengo dos novios”. Y al final se enamoró de uno y él le dijo que nos tenía que dejar a nosotros. Ella lo hizo y lo entendimos. Pero durante todos estos años, casi cuarenta, que ya ha llovido, hemos seguido siendo amigos, y ella viene aquí cuando quiere y si nosotros vamos a Barcelona seguimos viéndola, claro. Es nuestra mejor amiga.

Me hubiera encantado que hubiésemos tenido un hijo con ella. A Pep le

habría vuelto loco. De hecho Pep mima al hijo de Martina *(que Martina tuvo más tarde con el que sería su marido, del que hoy está divorciada)* más que su propio padre. Pero no pudo ser y no pudo ser.

No, no hemos vuelto a vivir nada parecido. Después de Martina, nadie más. Poco a poco nos fuimos instalando en la monogamia, te vas haciendo mayor, tu curiosidad está saciada, el sexo te interesa cada vez menos, y quedarte en casa cada vez más. Para mí el gran amor de mi vida ha sido, es y será Pep, pero Martina es parte de esa historia de gran amor, y por supuesto la sigo queriendo y siempre la querré. No pienso en blanco o negro. Cuanto mayor soy, más flexible. La vida está asociada con flexibilidad, la muerte con rigidez.

Para amar hay que ser flexible, el amor es vida».

A día de hoy en el mundo hay al menos tres triejas oficializadas con papeles y que ya se han casado y salido en prensa. Tres mujeres casadas entre sí en Estados Unidos, tres mujeres casadas entre sí en Brasil, y tres hombres casados entre sí en Tailandia. La cantante Buika también se casó en trío, con un hombre y una mujer en un matrimonio simbólico (ver anexo). La periodista y escritora Gabriela Wiener vive en trieja con su marido, Jaime Rodríguez Z., poeta, y su mujer, Rocío L., cantante y poeta. Tienen dos hijas: Lena, hija biológica de Gabriela, y Amaro, hijo biológico de Rocío.

Para el mundo literario o artístico las triejas no son nada nuevo. El escritor y psiquiatra austríaco Otto Gross tuvo dos hijos de dos mujeres diferentes que eran amigas íntimas y se llevaban bien. Se trataba de una trieja afectiva, pero no vivieron juntos y él no se hizo cargo de los niños. Anaïs Nin, Henry Miller y la esposa de este, June Miller, vivieron una historia de amor a tres narrada con todo lujo de detalles en los diarios de Anaïs Nin. «Me reservo el derecho de no limitar el número de personas a las que amo y de conocer a muchos príncipes azules», escribió ella. Anaïs estaba casada con Hugh Guiler, su sostén económico y emocional. Anaïs Nin, por cierto, fue la primera mujer escritora que firmó relatos eróticos con su propio nombre. Más tarde Anaïs se casó con Rupert Pole sin divorciarse jamás de su primer marido, que seguía manteniéndola económicamente.

Federico Engels, el coescritor junto con Marx del Manifiesto Comunista, vivía con dos mujeres que, además, eran hermanas: Mary y Litzi Burns. Fue un triángulo sereno, transparente, sin estridencias y muy doméstico. Todo el mundo sabía que Engels

vivía con las dos y paseaba tranquilamente por la calle del brazo de ambas. A la muerte de Mary se casó con Litzi, para asegurarse de que ella le heredara.

¿Te sorprende que Engels viviera con dos mujeres que eran hermanas? Agárrate: Molière vivía también con dos mujeres que eran... madre e hija. Como lo lees. Madeleine y su hija Armande. Armande era en teoría la hermana de Madeleine, pero su acta de nacimiento nunca apareció. Todo apunta a que en realidad era hija de Madeleine y del conde Esprit Rémond de Modène quien, por supuesto, estaba casado. Molière fue primero amante de Madeleine, luego vivieron los tres juntos y finalmente Molière se casó con Armande y Madeleine fue testigo. Tuvieron tres hijos. Los dos siguieron teniendo aventuras por su cuenta, cada uno por su lado.

Cuartetos

Unos días antes de terminar la corrección de este libro fui a cenar con mi amiga Marta. Frente a nosotras cenaban dos parejas. Era evidente quién estaba emparejado con quién. Cada pareja se iba tocando para dejar claro ante el resto del mundo su posición. Se cogían de la mano, se besaban, se hacían carantoñas. Ellos se parecían mucho entre sí: camisa de cuadros y barba, estatura parecida, complexión similar. Ellas también: flequillo de moderna, ropa a la moda, labios pintados de Russian Red. Pensé: «así empieza un cuarteto». Si sueles salir a cenar con una misma pareja que comparte tus gustos y tus aficiones y resulta que el novio de tu amiga se parece mucho al tuyo o la novia de tu amigo se parece tanto a la tuya... ¿cómo no te vas a sentir atraído también por esa persona? Luego un día llega el alcohol, una noche de marcha, la desinhibición...

Los cuartetos no son algo nuevo.

En 1923 el escritor Gerald Brenan recibió en su retiro de las Alpujarras la visita de tres amigos. Los visitantes eran Dora Carrington, Ralph Partridge y Lytton Strachey. Un trío fascinante. Dora Carrington está enamorada de Lytton Strachey, que en realidad es homosexual y ama al mujeriego Ralph Partridge, con quien Dora se casará para mantener el insólito triángulo en el que

Brenan intenta acoplarse como amante de Dora. La historia se mantiene durante cinco años. Brenan abandona el cuarteto en 1928, y el cuarteto vuelve a ser trío. Al morir Lytton Strachey de cáncer en 1932, la pintora se suicidará, incapaz de vivir sin él.

En 1925 la poetisa Laura Riding lee un libro de Robert Graves y le escribe inmediatamente. Tras una relación epistolar, ella se presenta en Reino Unido y empieza a vivir con Robert y su mujer, Nancy Nicholson. Laura mantiene de paso relaciones con otros hombres y mujeres. En 1929 un joven poeta irlandés, Geoffrey Phibbs, que escribe bajo el seudónimo de Geoffrey Taylor, se presenta a conocer a Graves, al que admira tras haberle leído. Laura queda inmediatamente fascinada e inicia una relación con él. Laura decide que la Trinidad (así lo llamaba ella) que mantiene con Robert y Nancy cambie a Círculo, el nombre que da a su unión a cuatro: Laura, Geoffrey, Robert y Nancy. Pero al poco tiempo Phibbs decide que Laura está completamente loca, cuando ella le cuenta que tiene un plan para parar el tiempo. No se lo ha contado a Laura, pero ya ha planeado marcharse a vivir con Nancy y con los niños que ella había tenido con Robert. Cuando Laura se entera, intenta suicidarse arrojándose desde la ventana de su hotel, ante la atónita mirada de los otros tres componentes del cuarteto.

Lo que ellos habían vivido no era algo desusado entre la bohemia de su tiempo. La pintora Vanessa Bell, casada con el crítico de arte Clive Bell, mantenía relaciones con el también crítico de arte Robert Fry y el pintor Duncan Grant, que era bisexual y mantenía por su parte relaciones con hombres. Virginia Wolf, su hermana, casada con Leonard Wolf, mantenía una relación con Vita Sackville West, Vita estaba casada con Harold Nicholson, pero ambos mantenían relaciones por su cuenta... Y no sigo ampliando la red y hablando de las amantes de Vita y los de Harold y relacionándolos con otra gente porque no acabaríamos nunca. Como se ve, el poliamor no es una tendencia moderna. Lleva muchos años practicándose.

La famosa actriz Tilda Swinton mantiene una relación con dos hombres: John Byrne, sesenta y ocho años, su marido y padre de sus hijos, y Sandro Kopp, pintor de veintinueve. John Byrne mantiene también una relación con otra mujer.

Volvamos a la España actual. Yo conozco de primera mano tres

historias de cuartetos. La primera tiene lugar entre cuatro artistas a los que conocí en mis tiempos del «Círculo» (más adelante hablaré de ello). Se trataba de dos parejas que se habían conocido en la Facultad de Bellas Artes: Javier y Estrella, Nerea y Luis. Las dos parejas eran extrañamente simétricas. En ambas había una personalidad claramente narcisista y brillante acompañada por una persona sumisa y dependiente. Estrella y Luis eran los narcisistas, los brillantes, los dominantes, los temperamentales, los unánimemente considerados guapos y muy buenos artistas. Javier y Nerea eran los pocacosa, los feúchos, los tímidos, los que no parecían tan brillantes. Curiosamente los dos primeros son rubios, altos y espigados y los dos segundos morenos y regordetes.

Las dos parejas se alquilan una gran nave de un pueblo casi desierto de Guadalajara a un precio irrisorio y se retiran allí para pintar. Viven prácticamente en la miseria. El dinero que reciben de la venta de algunos de sus cuadros y de los padres de Estrella se les va en adquirir material (los lienzos y las pinturas son muy caros). Jamás se compran ropa nueva, tiritan de frío por las noches porque no pueden pagar calefacción, viven de tomates que han plantado en el huerto y de pasta, porque es barata. En esas condiciones, no es raro que surjan las fricciones. Finalmente un día Estrella y Luis les comunican a sus respectivas exparejas que abandonan el cuarteto. Luis ha recibido una oferta para trabajar como diseñador gráfico en París, y Estrella se va con él. Javier y Nerea se encuentran solos y deciden seguir juntos.

Luis y Estrella apenas duraron un año como pareja. Un narcisista no combina bien con otro narcisista, la competencia es constante. Sin embargo, diez años después, Javier y Nerea se han casado, han tenido hijos y han montado una boyante empresa de decoración de interior. Cuando me contaron por primera vez la historia omitieron un detalle que solo revelaron cuando les conté que estaba escribiendo este libro: en Guadalajara habían vivido los cuatro juntos, implicados a cuatro tanto sexual como afectivamente.

Otra historia de cuarteto sucede en una de las urbanizaciones más caras de Madrid. Y es tan tópica y la han visto ustedes en tantas películas que quizá ni haga falta que se la cuente. Dos parejas. Ellos son ejecutivos triunfadores. Ellas, mujeres trofeo. Viven en una jaula de oro.

Para ir al supermercado, al dentista, a comprar el pan, hay que coger el coche. No sé si han oído ustedes hablar de las llamadas «urbanizaciones cerradas» (La Finca, la Moraleja o Puerta de Hierro, por ejemplo). Nunca había oído de la existencia de sitios así, para gente de clase muy alta, y tengo que decir que me sorprendió. Están rodeadas por un vallado que las oculta del resto del mundo, controladas por seguridad privada, que solo deja entrar a los residentes y a los que tienen cita previa. Cualquier visitante debe comunicar su DNI y la casa a la que se dirige en cuanto llega a la garita de acceso y, sin el consentimiento expreso del vecino en cuestión, nadie, ni los más cercanos familiares, puede atravesar sus puertas. Dentro del recinto los habitantes disponen de todo lo necesario para que no tengan que salir al exterior si no quieren: gimnasio, spa, centro comercial, supermercado, iglesia, farmacia, avenidas arboladas, parques de película y lagos artificiales. También seguridad, limpieza, recogida de basuras... Todo está contratado con un personal perfectamente identificado y que, como es natural, firma un contrato con cláusula de total confidencialidad sobre su trabajo. Hasta las sustituciones se tienen que notificar.

Son como pequeñas ciudades cerradas en miniatura, donde la élite que vive allí no sale más que para trabajar puesto que no son dados a mezclarse con la plebe más que lo estrictamente necesario. Las parcelas más grandes tienen jardines, piscinas gigantescas y casitas para huéspedes. Las casas cuentan con piscina cubierta, sauna, sala de cine, sí, sala de cine de verdad, con su pantalla y su suelo inclinado y sus butacas, y una planta sótano entera para «las dependencias del servicio». Un pequeño mundo en miniatura al margen del resto de la humanidad donde todos se conocen, donde nadie puede entrar sin autorización, y que sus habitantes, por una razón u otra, no pueden abandonar. Yo matizaría una cosa: se marcharían si pudieran, pero no pueden. Viven de espaldas al mundo, no se mezclan con él. Algo tan simple como pasearse por mi barrio les provoca pánico.

Lo sé porque el que me contó la historia del cuarteto era un alto ejecutivo de una empresa para la que trabajé como *freelance* y que intentó tirarme los tejos. Se había divorciado después de una larga experiencia de cuarteto con sus vecinos (o sea, los señores que vivían en la casa increíble que colindaba con la parcela de la suya).

Cuando me enseñó fotos de los cuatro, me entró la risa. Las dos mujeres eran casi idénticas. Mismo cuerpo estándar, delgado, fibrado, operado, misma melena larga y rubia, mismo estilo de ropa carísima. En este caso creo que lo que les llevó a hacer el cuarteto fue simple narcisismo. Gente tan patológicamente esnob y endogámica que se niegan a mezclarse con quienes consideran inferiores y que creen que el único lugar digno de ellos es una urbanización súper-ultra-mega exclusiva donde es más difícil entrar que en el Pentágono... ¿cómo no van a acabar liados entre ellos? O quizá la cosa fuera tan simple como que confundieron a sus mujeres. Supongo que me contó la historia esperando despertar mi morbo, pero consiguió el efecto contrario: me dio miedo.

Lola, Mer, Iria y Uxia. Edades entre veintisiete y cincuenta años. Vivieron en cuarteto.

La otra historia de cuarteto que conozco de primera mano sucedió en Galicia. Mer y Uxia eran pareja. Mer estudiaba filología y los fines de semana trabajaba como camarera en un bar. Uxia trabajaba como directora comercial de una conocida firma textil. La dueña del bar en el que Mer servía copas se llamaba Lola, y convivía con Iria, profesora de instituto, en una enorme y antigua casa de piedra que había heredado de sus padres, situada en un pueblo que antaño estuvo a las afueras de la ciudad pero que ya forma parte del término municipal.

La casa es una verdadera maravilla pero su mantenimiento es caro. Necesita de jardinero, y la calefacción en invierno costaba un dineral. Así que Lola e Iria habilitan la planta de arriba para poder alquilarla. Como Mer lleva varios años trabajando en el bar y se lleva tan bien con la jefa, Lola le propone que sea ella la que alquile la planta. En la práctica las dos plantas funcionan como viviendas independientes, puesto que Lola e Iria han reformado la planta superior y han puesto una pequeña cocina americana. Pero lo cierto es que las dos parejas conviven como una familia, ya que Mer y Uxia no saben cocinar, de forma que cada noche acaban cenando con Lola e Iria, y viendo una película después.

Iria y Uxia tienen horarios de trabajo estándar, se levantan a primera hora para presentarse en sus respectivos puestos en el instituto y en la oficina. Lola y Mer sin embargo llevan otro ritmo de vida. Se despiertan tarde y trasnochan mucho.

«A posteriori te das cuenta de que resultaba evidente que se iban a liar, pero lo curioso es que entonces a mí ni se me pasó por la cabeza —me cuenta Uxia — porque yo nunca encontré atractiva a Lola y pensaba que era imposible que Mer, teniéndome a mí, quisiera acostarse con una señora que le doblaba la edad. Además Mer parecía enamoradísima de mí, había estado años persiguiéndome, yo habría jurado que era imposible que tuviera ojos para otra y ya ves... Cuando nos lo contaron me quedé de piedra. Lola preparó una cena con un vino excelente y allí, de pronto, nos suelta que Mer y ella se han enamorado, pero que las dos siguen enamoradas de nosotras, y que no quieren que nada cambie. Yo casi le tiro la copa a la cabeza.

Pero yo siempre me había sentido atraída hacia Iria, que es muchísimo más guapa que Lola, y diez años más joven. Y pues... a la noche siguiente me lie con ella, y dormimos juntas en la que era la habitación de invitados. Yo no quería dormir en la misma cama en la que ella dormía con Lola.

De pronto nos encontramos con que la situación era la misma que antes pero que las parejas se habían invertido. Como hasta entonces la convivencia había sido tan buena, decidimos que podíamos intentar seguir viviendo todas juntas. Tampoco cambiaba en nada la rutina que habíamos llevado hasta entonces excepto en que dormíamos de forma diferente. Yo seguía sintiendo algo por Mer e Iria por Lola, así que a veces volvía a hacer el amor con Mer e Iria hacía lo propio con Lola. Un día Iria y Mer se acostaron juntas, y ya se suponía que la cosa seguiría con los experimentos, que yo me acostaría con Lola o que haríamos pruebas para tener sexo en grupo, o tríos... La cosa tenía que tirar por ahí.

Pero yo no lo vi. Lola nunca me ha gustado. Y no solo sexualmente, tampoco aguanto mucho su carácter, así que empecé a quedar con mis amigas de toda la vida, con mis amigos, a salir fuera de aquella casa, y al poco tiempo me lie con Xiana, que fue más una relación de transición que otra cosa. Una vía de escape. Al final yo hice lo mismo que había hecho Lola: les preparé una buena cena, y a los postres les dije que me lo había pensado y que me marchaba; volvía a casa de mis padres. Lo entendieron muy bien las tres. Iria se fue al poco tiempo, no habrían pasado ni dos meses. Lola y Mer siguieron juntas un año, pero todo acabó mal entre ellas.

Después de esa historia la verdad es que me ha resultado difícil volver a la monogamia. No creía mucho en el tema antes de liarme con Mer, y no he vuelto a creer después. He mantenido muchas relaciones con chicas, algunas simultáneas. Creo que la experiencia fue valiosa, interesante, me enseñó dónde están mis propios límites y me demostró también que soy más convencional de lo que creía. ¿Que si me arrepiento? No, en absoluto. Todavía soy muy amiga de Mer y ahora, con el tiempo, tengo claro que como pareja no llegábamos a ningún lado. Lo curioso es que Mer siempre había sido la más celosa y posesiva de las dos».

Relaciones mono-poli

Donde uno de los integrantes es monógamo pero acepta que el otro no lo sea y sostenga relaciones externas.

Una relación mono poliamorosa típica: soy hetero y me casé con un gay o una lesbiana

Un hombre gay que se casa con una mujer hetero o un hombre hetero que se casa con una lesbiana. Se llega a acuerdos en los que el gay o la lesbiana pueden tener relaciones fuera del matrimonio. En estos casos lo normal es que el integrante de la pareja que tiene relaciones fuera de esta no tenga relaciones con personas del mismo sexo que el de su pareja oficial.

Ramón y Begoña se casaron cuando eran jóvenes, y tienen un hijo. Ramón no aceptó su opción sexual hasta pasados los cuarenta aunque él siempre había sabido que era gay. La cuestión es que él ama profundamente a su esposa. Es su mejor amiga, su confidente, la madre de sus hijos. Nunca discuten y comparten valores y aficiones. Cierto que su vida sexual nunca ha sido para tirar cohetes, pero Begoña tampoco ha sido nunca una mujer de libido alta. A los dos les resultaría muy duro separarse. Finalmente llegan a un acuerdo: Ramón tendrá relaciones con otros hombres.

Este tipo de relaciones son más comunes de lo que parecen. Sobre todo en el mundo artístico. Muchos cantantes, toreros, artistas, escritores... mantienen matrimonios de este tipo.

Algo parecido pasa con Nela y Ernesto. En este caso, Nela no decide tener relaciones con otras mujeres, en plural. Mantiene una relación con otra mujer, en singular, que también está casada: Ada. Ernesto acepta la relación pero no quiere vivir en trío ni tener ninguna intimidad emocional con la otra pareja de Nela, aunque sabe perfectamente que esa relación existe e incluso conoce a Ada. Por eso no podemos hablar de tríada, sino de pareja mono poliamorosa.

Carolina y Ana son una pareja lésbica. Carolina es completamente lesbiana, Ana es bi. Llegan a un acuerdo según el

cual Ana puede tener de cuando en cuando asuntos con hombres.

Lucía, cuarenta y dos años. La conozco desde hace quizá quince, y a su marido desde hace veinte, cuando estaba casado y era, a ojos de todo el mundo, heterosexual:

«Yo me quedé embarazada con diecinueve años. El padre de la niña no quiso hacerse cargo. No aborté porque no me sentía capaz de hacer algo así, no tuve valor. Cuando conocí a Joaquín mi hija tenía seis años, y yo trabajaba entonces como encargada en un gran supermercado. Si me tocaba el turno de mañana me despertaba a las cuatro. Una hora de autobús hasta mi trabajo, porque el centro abre al público a las nueve, pero hay que empezar a trabajar a las seis y media. Mi hija casi no me veía, la había cuidado mi madre. Con esa vida tan horrible que yo llevaba puedes entender que el día que podía salir, que eran muy pocos días, siempre acabara bebiendo, drogándome y yéndome a la cama con el primer chico guapo que me lo propusiera. Así conocí a Joaquín, en una discoteca.

Él fue desde el principio muy sincero conmigo. Se había separado de su primera mujer porque a él le gustaban los chicos. Yo le gustaba muchísimo pero no se veía capaz de estar solamente con una mujer. Acepté lo que me decía y seguimos viéndonos. Y como nos llevábamos tan bien, entré en una relación abierta, que era algo que antes ni me había planteado. Él tiene sus historias con hombres, y yo de vez en cuando también las tengo. Pero un día me di cuenta de que las tenía solo por hacer simetría, como si dijéramos. De que como él tenía amantes, yo los tenía también. Desde hace unos años me siento a gusto solo con Joaquín y no busco a nadie más. Sin quererlo, sin darme cuenta, muy lentamente, me he hecho mono y él es poli».

Relación mono poliamorosa por otras razones

Un miembro de la pareja no desea tener sexo, por la razón que sea (una enfermedad, poco o nulo apetito sexual, un compromiso/voto religioso o espiritual que implica castidad, etcétera).

Un miembro de la pareja quiere experimentar con prácticas BDSM y el otro no.

Un miembro de la pareja quiere ir a clubs de intercambio y el otro no.

Hay millones de razones por las que un miembro de la pareja decide ser monógamo pero permite que su pareja no lo sea.

Voy a contar una historia que viví en primera persona. Como

algunos saben, yo fui camarera durante dos años en diferentes locales de Madrid. Uno de ellos era muy famoso, centro de reunión de cantantes, actores y artistas de todo tipo, muy frecuentado por lo más granado de la *beautiful people* de Madrid. Era propiedad de tres socios, pero solo uno de ellos se ocupaba directamente del local. Voy a llamarle Víctor. Los otros dos se limitaron a invertir como accionistas.

Víctor se enamoró locamente de una amiga mía, apodada en mi grupo Marta la Divina, una real hembra verdaderamente bellísima. Víctor era por entonces un tipo bajito (Marta le sacaba una cabeza) y no particularmente atractivo. Marta se dejó seducir por su dinero y su posición. «Es que me lleva a sitios increíbles, me compra muchos regalos, me trata como una reina...». Pero Marta, como buena hembra alfa que era, encontró otro macho alfa. Un chico de buena familia que podía llevarla a los mismos restaurantes y comprarle los mismos regalos y que, además, era alto y guapo. Marta dejó a Víctor y Víctor se quedó hecho polvo.

Entonces le presenté a Gracia, una compañera de clase que ni de lejos era tan llamativa como Marta, pero que era muy inteligente y muy trabajadora. Víctor inició una relación con ella y acabó convirtiéndola en la jefe de prensa del local, la que se encargaba de comunicar a los medios los conciertos y actividades que allí se desarrollaban. Gracia hizo un excelente trabajo, era una buenísima relaciones públicas y en menos de un año la sala estaba posicionada como una de las más importantes de Madrid.

Víctor y Gracia se casaron y tuvieron dos hijas. Gracia dejó el trabajo, que exigía, por supuesto, horario nocturno, para ocuparse de las niñas. Pero Víctor seguía estando allí cada noche. No le quedaba más remedio. Había que vigilar a las camareras, controlar las bebidas, cuadrar caja cada noche. Un local necesita un encargado realmente dedicado, o se cae. Eso lo sabemos todos los que hemos trabajado en hostelería. Supongo que ustedes ya imaginan lo que sucedió después. Bingo. Víctor se lio con una de las camareras, de nuevo una real hembra. Y de alguna manera Gracia lo descubrió. Supongo que por rumores, por entonces ni había móviles ni Internet.

Entonces Gracia enferma seriamente. Se encontraba siempre cansada. Le dolía la cabeza, los hombros, los pies. A veces tenía

tales migrañas que no podía siquiera levantarse. El primer diagnóstico fue de depresión. El segundo, de fibromialgia. A día de hoy no hay consenso sobre la etiología y tratamiento de la fibromialgia, incluso destacados reumatólogos han puesto en duda la existencia de esta patología.

La amplia gama de síntomas y condiciones asociados determinó que Gracia consultara a múltiples especialistas, y fuera derivando de un especialista a otro en busca del origen de sus padeceres. La gran pregunta era: ¿la enfermedad de Gracia tenía origen psicosomático? Muchos a su alrededor tomaban a Gracia por una histérica. Como si la fibromialgia fuera un paradigma parecido a la histeria de antaño que pudiera englobar todo el dolor, malestar y sufrimiento de las mujeres en un único diagnóstico.

El dolor es una vivencia que solo entiende quien lo padece. Las personas con dolor crónico viven su historia saturada de dolor. Por lo tanto el conflicto entre la vivencia subjetiva de dolor (lo que se siente) y la inexistencia de un diagnóstico cerrado, de un documento firmado por un médico que de alguna manera pruebe la enfermedad, genera una necesidad de mostrar constantemente el sufrimiento. Precisamente porque nadie cree en ese sufrimiento. Gracia, como tantas fibromiálgicas, se veía obligada a mostrar lo que no se puede demostrar.

A una fibromiálgica le resulta más difícil concretar la aparición del dolor en un momento preciso en su vida así como la manera en que se produjeron los brotes sucesivos. Porque los médicos no se ponen de acuerdo. El dolor se extiende en zonas amplias de la anatomía muscular, pero nadie saber con claridad de qué clase de dolor está hablando, si físico o psíquico.

Hasta donde yo puedo verlo, una parte de los dolores eran sin duda de base orgánica, condicionados por leves alteraciones reumáticas de músculos, pero otra parte de los dolores eran, con extrema probabilidad, emocionales.

En cualquier caso, era evidente que estando Gracia tan enferma como para no poder siquiera levantarse de la cama, Víctor no iba a dejarla.

Y la situación se mantuvo así durante años. Gracia enferma y Víctor liado con mujeres diferentes, que se iban sucediendo en el papel de «la otra», siendo Gracia «la una» permanente.

Finalmente ambos, Gracia y Víctor, acudieron a un terapeuta de pareja. Y tras muchas muchas sesiones, llegaron a ver lo que no querían ver. La enfermedad les venía bien a ambos. Gracia sabía que, mientras estuviera enferma, Víctor no la dejaría. Y Víctor sabía que, mientras Gracia estuviera enferma, tenía la coartada perfecta para no dejarla. Ninguno de los dos quería romper su matrimonio. Por eso ninguno de los dos se implicaba mucho en la curación. Ni Gracia seguía en serio ningún tratamiento ni Víctor le conminaba a seguirlos.

Finalmente Gracia dejó a Víctor y se fue a vivir sola, dejando a las niñas con los abuelos.

A partir de ahora dejo hablar a **Gracia, cuarenta y nueve años**:

«Es cierto que en cuanto dejé a Víctor, mejoré. No me inventaba la enfermedad, en absoluto. Una depresión es una enfermedad seria. La base de mi problema era un problema reumático, pero se agudizó, sin duda, por la situación en la que vivía, de ansiedad y dependencia. Cuando asumí las riendas de mi propia vida, empecé a mejorar, porque me impliqué muy seriamente en mi curación. Era muy consciente de que tenía que recuperar mi vida.

No encontré trabajo en prensa, que es lo mío, pero empecé a trabajar en una tienda de ropa, como dependienta. Al poco, apareció el fenómeno de las redes sociales y empecé a llevarlas yo. Me convertí en community manager y jefe de prensa de la firma. Trabajar de nuevo me dio mucha seguridad y confianza. Entre tanto, Víctor seguía a lo suyo, con sus chicas. Él y yo no habíamos perdido el contacto, claro que no, había dos hijas en común. Nosotros hablábamos casi a diario y procurábamos al menos comer juntos una vez por semana, con las niñas.

Después de dos años no estaba completamente curada. Pero sí que estaba operativa. Podía trabajar, podía ocuparme de mis hijas, ya no dependía de él. Entonces empezamos a hablar en serio de divorciarnos.

La cuestión es que yo seguía enamorada de Víctor. Eso no había cambiado lo más mínimo. Seguía admirando su sentido del humor, su capacidad de trabajo, su talento artístico, todo. Ya no le necesitaba, pero le quería y Víctor me quería a mí y quería a las niñas. Así que yo lo medité mucho.

Sabía que Víctor no me iba a ser fiel nunca, pero también sabía que no me iba a dejar. No me había dejado en veinte años, a pesar de todas las chicas con las que había estado. Simplemente, él me quería y me quiere de una manera, pero vive su sexualidad de otra manera. Lo que tenía que preguntarme a mí misma era: ¿me compensa vivir con Víctor si tengo que aceptar que de vez en cuando habrá otras mujeres en su vida? Y decidí que sí.

Y, bueno, volvimos a vivir juntos, pero de otra manera. En primer lugar ahora yo trabajo, y eso cambia mucho nuestra relación, porque ya no dependo de él. Él vendió el local y con lo que ganó ha invertido, y se dedica a otros proyectos, lo que hace que podamos estar mucho más tiempo juntos. Y sí, supongo que de vez en cuando habrá otras mujeres en su vida, aventuras de paso, chucherías como él las llama, pero es algo que he aprendido a aceptar.

Me casé con él conociendo su pasado. Pensé que le podría cambiar. Pero si amas a alguien debes aceptarle tal y como es, y yo ahora lo acepto. Sé que hay gente que no lo entiende, pero ellos no viven mi vida, mi vida es mía y yo la vivo como quiero. Así que el acuerdo es que los dos podemos tener aventuras sexuales fuera del matrimonio. Yo no las tengo porque estoy muy centrada en mi trabajo y en mis hijas y porque quizá no tengo tanto interés en el sexo como Víctor. Ahora nos va muy bien así y somos felices».

Círculos y polifidelidad

Círculos abiertos: son grupos de personas que funcionan como un grupo de amigos, que se conocen todos entre sí, que comparten actividades e intereses y cuidados. Van juntos al cine, al teatro, cuidan unos de los hijos de otros y se apoyan en momentos de necesidad o enfermedad. Comparten también sexo. En este caso, no están obligados a ser fieles a su círculo y pueden mantener relaciones sexuales y/o afectivas fuera de él.

Círculos polifieles: la polifidelidad (también a veces llamado poliexclusividad) es una forma de poliamor, donde todos los miembros son considerados compañeros iguales y aceptan tener una vida sexual activa solo con otros miembros del grupo.

Los socios se comprometen a no mantener relaciones sexuales fuera de los actuales miembros del grupo. Nuevas personas se pueden añadir al grupo mediante consenso unánime de los miembros existentes, o bien el grupo puede no aceptar nuevos integrantes.

Son grupos que organizan un «círculo» en el que todas las personas que pertenecen a él pueden tener sexo sin protección con el resto de los miembros de ese círculo, pero no con nadie más. (Se entiende que es círculo porque todos los miembros están en la misma posición, sin jerarquías).

Todos los miembros del círculo pasan controles sanitarios

regulares. Así se aseguran una forma de mantener sexo sin protección con personas diferentes. Organizan fiestas cerradas para las personas del círculo en las que hace falta cumplir el código y respetar las normas que se indiquen. Si alguien quiere incluir a una persona nueva en el círculo, debe proponerlo al círculo.

En algunos casos, los círculos funcionan como familia, más allá del sexo. En EEUU hay círculos que viven en comunas.

Yan (Yanara), veintinueve años. Me la presentó una amiga común, profesora en un instituto de Alicante. Yan pertenece al equipo amateur de fútbol en el que ella juega.

«Yo fui a estudiar un doctorado de literatura comparada a Estados Unidos. En la facultad me uní a todo tipo de grupos *queer* y LGTB. En España había salido ya del armario, pero con mis novias y amigas en realidad llevábamos un tipo de pareja que no era más que un calco de las relaciones heterosexuales y heteropatriarcales. Con sus celos, su posesión, sus estereotipos y sus mitos. Cuando empecé a formar parte de estos grupos me di cuenta de que se podía funcionar de otra manera. Entonces conocí a Al y empezamos a funcionar juntas como pareja abierta, como si dijéramos. Al ya formaba parte de un círculo que vivían en comuna y cuando llevábamos más o menos un año juntas me invitó a participar.

En realidad las conexiones del círculo no eran sexuales sino más bien amorosas y afectivas. Todas vivíamos en la misma casa. Una casa preciosa, enorme, con unas habitaciones amplias, que se pagaba entre todas, diríamos. Mi habitación, que era el antiguo desván de la casa, era más grande que el apartamento en el que vivo ahora. No funcionaba como una casa compartida, sino como una familia.

Es decir, si había un mes en el que alguna no podía pagar su parte de la casa porque se había quedado sin trabajo, las demás pagaban más. Si alguna se ponía enferma, las demás hacían turnos para cuidarla. Recuerdo que estuve una semana con una gripe muy fuerte y cada día una de mis compañeras pidió día libre en el trabajo para atenderme.

Las cenas se hacían en común, como en cualquier familia. Las comidas no, porque todas trabajábamos o estudiábamos y nos repartíamos las tareas. Yo me ocupaba sobre todo de la cocina, tanto de cocinar como de mantenerla limpia. Gina, Claire, Al y Robin de limpiar las zonas comunes. Solíamos ir a hacer la compra una vez cada quince días, todas juntas, y hacíamos mucha vida de hogar. Veíamos películas, jugábamos a juegos de mesa, etcétera.

En la casa vivíamos Gina y Claire, que eran pareja y dormían en la misma habitación, Robin, Lou, y luego Al y yo. Al y yo empezamos como pareja, pero al poco tiempo nos separamos. Al empezó una relación con Jo, que vivía fuera del grupo, y yo empecé a tener relaciones con Lou. Pero nada era cerrado,

todo era muy fluido..., ¿sí? Lou y Al ya habían estado juntas. Y en una fiesta yo hice un trío con Gina y Claire, pero todo muy dulce, más cariñoso que sexual. La cosa no iba de que cada noche hacíamos orgías ni nada de eso.

Lou era muy promiscua, solía salir de bares cada fin de semana a buscar chicas. Se definía como una «ethical slut», es decir, que dejaba siempre claro a cada pareja que no estaba interesada en nada más antes de tener relaciones sexuales con ellas. ¿Has visto la serie *The L Word?* ¿Te acuerdas de Shane? Pues algo parecido. Pero Lou era mucho más masculina que Shane. Parecía un chico, un chico muy guapo. Jugaba mucho con esa ambigüedad y le gustaba ir a bares heterosexuales a ligar con chicas.

De alguna manera, poco a poco, sin quererlo, me fui convirtiendo en la pareja primaria de Lou. En casa dormíamos juntas y acordamos que ella nunca traería a casa a las chicas que conociera fuera. Algunas veces hicimos tríos con otras personas, tanto hombres como mujeres. Yo quería mucho a Lou y me lo pasaba muy bien con ella. Nuestra relación sexual era increíble. ¿Celos? No, no sentí nunca porque ya la había conocido así.

Robin trabajaba en una tienda de ropa *vintage* y allí conoció a un chico, Stu. Lo traía de vez en cuando a casa a cenar. Al principio pensábamos que era gay, ni siquiera se nos ocurrió pensar que podía ser hetero, no sé por qué. Y no porque tuviera pluma ni nada de eso, en absoluto. De hecho, era muy masculino, sino porque nos trataba con mucha naturalidad, no nos hizo jamás preguntas incómodas, no nos miraba de manera rara.

Después de un tiempo, Robin nos dijo que se había enamorado de él. Hasta entonces Robin se había definido siempre como lesbiana. Nos preguntó si Stu podía venir a vivir con nosotras. En realidad, para cuando lo preguntó, Stu se pasaba casi todas las tardes y muchas noches en la casa, así que aunque en principio nunca habíamos pensado en vivir con un hombre, dijimos que sí.

Es gracioso porque Stu se adaptaba mucho más al rol femenino tradicional que cualquiera de nosotras. Hacía punto, por ejemplo. Intentó enseñarnos, pero ninguna conseguimos aprender. Todas teníamos bufandas y gorros tricotados por Stu. Y nos redecoró el salón con muchísimo gusto. Y luego en casa la que hacía todas las reparaciones domésticas era Lou. La que arreglaba los grifos, las tuberías, el tejado, los fusibles... O sea, que los roles de género tradicional estaban muy invertidos.

Al cabo de dos años, cuando me doctoré, la única manera de conseguir ampliar mi visa era matricularme en otro curso para que me dieran visa de estudiante, pero yo estaba ya harta de la universidad y además los cursos eran muy caros. Me podía haber quedado como ilegal, pero no me apetecía. Llegué a pensar en casarme con Stu pero en inmigración son muy estrictos y muchas veces hacen visitas sorpresa al domicilio y esas cosas.

Mientras pensaba qué podía hacer para quedarme fui a pasar la Semana Santa a casa de mis padres en Alicante y entonces me di cuenta de que en realidad echaba de menos España. En Chicago los inviernos son durísimos y no hay mucha fiesta, hay muy poca vida de noche, y es muy cara. Y aquí

estuve saliendo cada noche, acababa en la playa con mis amigas, fui a un montón de conciertos. Me di cuenta de que, como yo digo, soy demasiado española para vivir toda la vida en una ciudad en la que cada invierno te tienes que encerrar en casa porque te mueres de frío. Y además, como hablo inglés y alemán, en Alicante me iba a ser muy fácil encontrar trabajo.

Para mí dejar el grupo fue muy doloroso. Fue como dejar a una pareja, a una familia. Y me fue muy difícil al volver aquí adaptarme de nuevo a la vida en una ciudad de provincias española. La cosa es que en verano, en la costa, vienen muchos extranjeros, muchos gays y lesbianas, y puedo conocer a personas con otras ideas. He intentado tener parejas aquí en España pero yo no concibo ya una pareja que no sea abierta, y no es tan fácil decirle eso a una chica española, así que como soltera funciono bien. Echo mucho de menos el sentimiento de familia que viví con mi grupo, porque mi familia de origen no me lo da. Mis padres no se llevan bien entre ellos, aunque viven juntos, y la situación es muy tensa. Y mi padre, aunque sabe de sobra que soy lesbiana, nunca quiere tratar el tema de forma directa.

Todavía tengo contacto con el grupo. Gina y Claire son ahora madres de un niño y siguen viviendo con el grupo. Así pueden cuidar del niño entre todos, porque como sabes en Chicago apenas hay guarderías y son carísimas. Al dejó el grupo para ir a vivir con Jo. Lou está loca con el crío, me manda fotos del nene a todas horas. Creo que son felices. Yo las sigo sobre todo a través de Facebook».

Rubén, cincuenta años. Nos conocemos desde hace más de veinte, cuando ambos trabajábamos en la industria musical.

«Yo me casé muy joven, a los veinticinco años, con Ruth. Nos habíamos conocido en el instituto. Veníamos los dos de familias muy tradicionales. Nos llevamos siempre muy bien, éramos los mejores amigos del mundo, pero nuestra relación sexual no era buena. Para nada. Como yo no había conocido otra, tampoco me daba cuenta de lo mala que era. Pero mi matrimonio con Ruth fue muy especial. Descubrimos juntos todo. No solo el sexo, también la música, la literatura, el arte... Ruth estudió Bellas Artes y empezó a exponer muy pronto.

Cuando cumplí los treinta le planteé a Ruth que tuviéramos un hijo. No sé por qué se lo dije. En realidad no me gustaban tanto los niños, y la prueba es que no los he tenido, aunque considero al hijo de Yolanda (mi segunda mujer) como mío. Pero era «lo que tocaba». Ya llevábamos tiempo juntos, yo tenía un buen trabajo, mis padres querían ser abuelos, teníamos un buen piso con la hipoteca casi pagada... Y entonces Ruth me dijo que no estaba segura. Que no estaba segura de querer tener hijos, que no estaba segura de querer pasar el resto de su vida conmigo y tampoco de si le gustaban los hombres.

En realidad Ruth se atrevió a decir en alto lo que yo también pensaba. Como amigos funcionábamos totalmente bien, pero si pensábamos a largo

plazo era evidente que nos habíamos dejado llevar por lo que nuestros padres y nuestro entorno querían. Decidimos seguir viviendo juntos pero darnos libertad para experimentar por nuestra cuenta. Ruth empezó a salir por bares de chicas y acabó conociendo a una que le gustaba. Nosotros seguimos siendo amigos porque al fin y al cabo era lo que habíamos sido siempre. Hoy también lo somos.

A mí me resultó duro sobre todo aprender a vivir solo porque nunca hasta entonces lo había hecho. Cambié de trabajo. Entonces trabajaba en un banco. Decidí cambiar de vida y monté una agencia de contratación de artistas con un socio. Organizábamos conciertos. Mi socio es cubano y traía a músicos cubanos. En los noventa nos fue muy bien e hicimos mucho dinero pero sobre todo era un trabajo fantástico, muy satisfactorio. Al cambiar de trabajo empecé a conocer ambientes nuevos, menos rígidos y más abiertos. Tuve relaciones con hombres y mujeres y me di cuenta de que soy bisexual.

Pasé unos tres años totalmente locos saliendo mucho, bebiendo mucho, trabajando mucho, drogándome mucho, y conociendo a mucha gente. Pero en el fondo me sentía vacío y echaba de menos a Ruth, la complicidad y la conexión emocional que tenía con ella. No tanto a ella, a su amor, como a la sensación de vida en pareja. Y entonces conocí a Yolanda.

Yolanda había tenido una vida muy difícil. Se había casado muy joven con un tipo que la maltrató y al final se había separado y se había quedado sola con un niño pequeño. Había tenido que hacer de todo en la vida, incluso trabajar de stripper. Cuando la conocí, era bailarina con un grupo de salsa. Me impresionó no solo por su belleza, sino por su carácter, porque vi a una mujer muy fuerte y a la vez muy tierna. Me impactó mucho. Yolanda hacía mucho dinero con el grupo, se trataba del típico grupo que actuaba en casinos, en verbenas, en discotecas... Pero tenía que dejar a su hijo con la abuela a veces durante semanas enteras. En aquel momento buscábamos a una recepcionista y secretaria para la agencia, y como la vi tan lista y tan simpática le propuse que trabajara con nosotros.

En la oficina estábamos todos encantados. Yolanda era una máquina. Llegaba siempre la primera y se iba la última. Muy pronto decidí hacerla mi asistente. Nos hicimos íntimos amigos y me di cuenta de que me estaba enamorando de ella. El problema es que yo seguía con mi vida promiscua, y que a ella yo no le gustaba mucho físicamente. Yo soy más bien pequeño y enclenque y a Yolanda siempre le han gustado los hombres muy altos y fuertes.

Un día por fin nos decidimos a sincerarnos con unas copas y entonces, como medio en broma medio en serio, se nos ocurrió la idea. ¿Y si vamos a un club de intercambio de parejas? Estoy hablando de hace quince años, sabes, y entonces no estaban de moda. Nosotros no sabíamos de ninguno en Madrid, así que fuimos a París, al más caro que encontramos. Y la experiencia nos encantó.

Nos informamos y nos hicimos socios de un club internacional fantástico

de swingers que organizaban encuentros mensuales en diferentes puntos de Europa. Alquilaban casas un fin de semana e invitaban a los socios. Fuimos a una casa de veraneo enorme en Francia, a una masía en Girona, y a una villa ideal en la Toscana. Era carísimo pero de aquella yo tenía dinero y nos lo podíamos permitir. Como Yolanda es tan llamativa, éramos totalmente populares. Debimos ir a..., no sé..., unas diez fiestas así, como mucho. Pero la verdad es que eran carísimas y tampoco podíamos pensar en seguir haciéndolo toda la vida, para nada.

En la masía de Girona precisamente conocimos a otra pareja de Madrid, Andrea y Samuel, y eso nos encantó porque hasta ese momento no conocíamos a nadie como nosotros, fuera del club, y nos hizo una enorme ilusión poder tener amigos en Madrid. Fue fenomenal. Pero nos dimos cuenta de que teníamos en común mucho más que el sexo. Que veníamos de historias parecidas, que nos gustaban las mismas cosas. Y empezamos a quedar no solo por sexo, sino para cenar, para ir a conciertos, al cine, al teatro, a escapadas de fin de semana. Éramos como los típicos amigos que van de parejitas, pero con algo más que las parejitas no tienen.

Yo tenía a una amiga a la que conocía desde que éramos muy jóvenes. Cuando empecé a trabajar en la agencia empecé a tener más relación con ella porque ella era y es periodista especializada en cultura y entonces trabajaba en muchos medios, así que la invitábamos a todos los conciertos que organizábamos. Siempre había estado totalmente fascinado por ella. Sabía que era bisexual, pero ella no solía hablar de su vida privada. Aparecía en los conciertos acompañada por gente guapa, chicos y chicas muy guapos. Un día nos invitó a su fiesta de cumpleaños y acabamos los tres en la piscina, Yolanda, ella y yo, completamente borrachos a las tantas de la mañana. E hicimos un trío en la piscina de su urbanización. Nos podía haber visto cualquier vecino. Fue muy bonito, muy de piel, y muy excitante.

Yo me quedé totalmente enamorado de ella y empecé a volcarme como loco. Le enviaba rosas a diario: fue totalmente una obsesión. Nunca pensé en dejar a Yolanda, para nada, pero me había vuelto loco por Laura. La llamaba a todas horas, me tiraba horas hablando con ella por teléfono. Después de mucho hablarlo, y como Laura estaba sin pareja, aceptó unirse a nuestro grupo para salir de vez en cuando. Pero, claro, éramos dos parejas y una quinta. De alguna manera Laura se quedaba un poco descolgada.

Una noche que salimos de marcha conocimos a Alex. Fui yo el que empezó a flirtear con él. Nos impresionó lo guapísimo que era, pero también por su inteligencia. Esa noche estuve besándome con Alex en la barra del bar, pero no pasó nada más. A la semana o así le llamé, quedamos y nos acostamos juntos. Me pareció un hombre maravilloso.

Te lo estoy contando de una forma muy lineal pero por supuesto en todo este tiempo había habido muchas más personas además de las dos parejas y Laura. Cada uno de nosotros (Yolanda, Andrea, Samuel, Laura, yo) nos habíamos liado con mucha más gente en todas las combinaciones posibles,

juntos y por separado, pero nunca habíamos querido «quedarnos» con nadie, por así decirlo. Eran siempre asuntos de una noche. Pero Alex fue diferente, sentí una conexión muy profunda.

Y, cuando me dijo que era bisexual, lo tuve totalmente claro y se me ocurrió hacer una cena para los seis: Andrea, Samuel, Laura, Alex, Yolanda y yo. Nos lo pasamos muy bien, pero no tuvimos sexo en grupo. Sobre todo hablamos y hablamos.

No nos convertimos en grupo de la noche a la mañana. Para nada. Tardamos mucho tiempo, años, no sé. Dos o tres. Poco a poco. Salíamos mucho los seis juntos. A cenar, de viaje, a tomar cañas... Y teníamos sexo de forma totalmente natural, unos con otros. En todas las combinaciones posibles, supongo. Hasta que un día nos dimos cuenta de que en realidad ninguno nos estábamos enrollando con nadie más, de que ni siquiera nos apetecía, para nada, y entonces hicimos un pacto. Que entre nosotros no usaríamos preservativo, pero con las demás parejas sexuales que tuviéramos sí.

Que yo sepa ni Yolanda ni yo ni Andrea ni Samuel follamos con nadie más. Alex sí, muy de cuando en cuando, pero es que por su trabajo (es piloto) viaja mucho, y se encuentra muy solo a veces. Laura a veces sí. Nosotros, Yolanda y yo, hemos propuesto a Laura muchas veces que se venga a vivir con nosotros, pero ella no quiere. Al final se fue a casa de Alex, pero sobre todo para ahorrar alquiler, porque Alex quince días al mes no los pasa en Madrid. Es decir, viven juntos, pero por separado. Creo que aunque alguna vez han tenido sexo entre ellos no se consideran pareja como nos consideramos Yolanda y yo o Andrea y Samuel, ni se presentan como tales ante los demás.

Nuestro acuerdo va mucho más allá del sexo. Creo que en verdad el sexo es lo menos importante de toda nuestra relación. Entre nosotros hay amistad, intereses comunes, complicidad y sobre todo cuidado. Intentamos cuidar mucho los unos de los otros. Estar ahí para lo bueno y para lo malo, tanto si alguien necesita dinero, hablar, un hombro sobre el que llorar o alguien que le cuide cuando esté enfermo. Lo que nos une a todos, creo, es que todos venimos de familias que no nos aceptan como somos, para nada, y por eso, creo, nos hemos creado una familia alternativa. Mis padres, por ejemplo, no tienen ni idea de cómo es mi vida, y no la aceptarían».

Yo misma he formado parte de dos círculos antes de saber siquiera que se llamaban círculos o de que la palabra poliamor se hubiera acuñado. Sucedió en Madrid en los años noventa. Una noche, en un bar, conocí a un chico muy simpático. Estuvimos hablando de arte mucho rato. A la semana siguiente el chico me llamó. Pero no me invitó a cenar, ni a ir al cine, ni a tomar un café. Me preguntó que si quería ir a la inauguración de una exposición de arte con «su grupo». Dije que sí sin saber si se refería a un grupo de

música o qué. Cuando llegué, me presentó al grupo en cuestión. Se trataba de diez personas, cinco chicas y cinco chicos, que habían montado lo que por entonces se llamaba un «colectivo artístico», palabreja muy de moda en la época.

Los colectivos eran grupos heterogéneos y múltiples que hacían hincapié en la caracterización de una práctica artística colectiva, alejada del ego. Un concepto del arte que implicaba la disolución del Yo en el Nosotros, y que buscaba la producción de un foco colectivo de discurso. Para que el profano me entienda, es como un grupo de música, pero en arte. Nadie firma la obra final, y todos responden de y por ella.

En aquella época, en Madrid, los colectivos surgían como champiñones y estaba de moda que fueran paritarios y democráticos. Lo suyo es que integraran al mismo número de hombres y mujeres y que todas las decisiones del grupo se tomaran de forma asamblearia.

El colectivo en el que de alguna forma me integré estaba formado por diez personas, cinco hombres y cinco mujeres, y producía todo tipo de cosas. Habían expuesto cuadros, habían creado perfomances, intervenciones artísticas, incluso obras de teatro. También montaban instalaciones tecnológicas mezclando DJ y arte visual. Iban siempre juntos a todas partes y disfrutaban de una vida social agotadora. Cada noche había algo: un concierto, una inauguración, un *vernissage*, una fiesta en casa de alguien, una intervención...

Me acostumbré a que cada tarde, a eso de las cinco, me llamaran. Normalmente nos reuníamos a las ocho en «el estudio», que era un piso enorme y medio derruido que estaba en la calle de la Cruz. Esa calle era entonces zona de lumpen y prostitución, y, como aún no había explotado la burbuja inmobiliaria, sucedía algo que ahora sería impensable en Madrid. Podías alquilar un piso de doscientos metros cuadrados a un precio irrisorio. Eso sí, sin cocina y con desconchados en las paredes y baldosas sueltas. Y probablemente un circo de pulgas propio.

El estudio servía de vivienda a algunos de los integrantes del grupo, que vivían allí. Otros lo usaban como residencia de fin de semana. Una parte estaba destinada a estudio artístico. Los lienzos, los botes de pintura, los espráis, los moldes de silicona se

arrumbaban por las paredes. Había manchas de pintura en las paredes. También había botellas de alcohol en cada esquina. Allí se hacían muchísimas fiestas pero sobre todo se trabajaba. El colectivo era altamente productivo y de hecho rentable. Los integrantes del grupo vivían de la venta de su arte.

Con el tiempo, poco a poco me di cuenta de que en el grupo cada integrante había mantenido relaciones en algún momento con el resto de los integrantes. No era algo que se hablara explícitamente. El grupo no se había constituido para tener sexo ni para tener amor, sino para crear arte. Pero la intensa intimidad emocional que se crea en una situación así y el hecho de que el carácter asambleario, feminista y antiindividualista del grupo tuviera un tono libertario que poco casaba con la idea de heteropatriarcado y pareja normativa propiciaba que tanto el sexo como el amor fueran libres y fluyeran con naturalidad.

Yo misma me lie en algún momento con todos los varones del grupo excepto con uno. Con dos hice un trío. Eran asuntos de una noche, pero a la vez no lo eran. Es decir, no era el típico asunto de me levanto, me voy, si te he visto no me acuerdo, y si te encuentro en un bar miro para otro lado. Éramos grandes amigos antes de tener sexo, lo seguíamos siendo después de tenerlo.

El «grupo» estaba en permanente contacto con otros «grupos», tanto de Madrid como de Cuenca, pues por entonces se suponía que en la Facultad de Bellas Artes de Cuenca era donde se creaban los grupos más vanguardistas. Uno de los grupos que más respetábamos era el de «Los Pequeñitos». Se trataba de dos chicos y una chica que vivían juntos en un estudio parecido al nuestro. (Digo «el nuestro» aunque yo no formaba parte del grupo porque me pasaba la vida allí). Casi con seguridad se trataba de una trieja, pero tampoco preguntábamos mucho sobre la naturaleza de sus relaciones.

Recuerdo que un día en el estudio uno de los chicos nos contó que «en el estudio de Los Pequeñitos iban a organizar una orgía», y nos preguntó si nos interesaba ir. Solo dos chicas dijimos que sí. Cuando íbamos hacia el estudio la conversación era más o menos de este tenor:

—Oye, yo nunca he estado en una historia de esas, voy más por curiosidad, no sé si me apetecerá hacer algo.

—No sé, miramos a ver qué es, nadie nos va a violar, yo también

voy por curiosidad. No te preocupes, que te repito que nadie nos va a violar...

Y claro que nadie nos iba a violar. La orgía era una «sesión». ¡Solo había hombres! Ni una mujer, ni siquiera la chica que vivía allí (aquel fin de semana se había ido precisamente a Cuenca). Menuda decepción. Aquella fue la primera sesión de la que tuve noticia. Si quieres saber más de sesiones, vete al último capítulo.

Grupos como este había muchos. Compañías de teatro en las que no había director. Los montajes se preparaban entre todos, el texto se firmaba entre todos y, en uno de los casos, todos vivían juntos en una casa enorme en la sierra de Madrid. En Barcelona conocí a un grupo parecido que había ocupado una casa abandonada en Pedralbes y montaba allí obras de teatro alternativo. Tan alternativo tan alternativo que no se entendía nada. Ni principio, ni nudo, ni desenlace. Pero siempre había un fiestón después de cada obra y el sexo estaba garantizado.

Otro grupo similar en Barcelona estaba integrado por tres chicos y tres chicas. En principio hacían unas performances divertidísimas, mezclas de conciertos y obras de teatro. También, que yo recuerde, hacían un fanzine sobre filosofía, muy muy divertido, con periodicidad dadá. Es decir, el fanzine aparecía cuando a ellos les daba la gana. Ni un número en tres meses o cuatro en un mes. Siempre alardeaban de «aquí todos nos liamos con todos» y era evidente que lo hacían, pero jamás les vi a ninguno besándose en público. De nuevo, para ellos lo importante era el arte, crear. La intimidad emocional iba asociada a la experiencia artística colectiva.

Preguntando aquí y allá todo el mundo me ha hablado del «Grupo de Valencia», un círculo de poliamor creado en Valencia cuyos miembros firman entre sí un compromiso de polifidelidad. El grupo está liderado por un señor que se autodenomina «psicoterapeuta» y asegura contar con «una extensa formación en psicología, filosofía y antropología cultural, pero que no puede presentar título universitario alguno y que, según confirmé, no está colegiado ni en el colegio de médicos ni en el de psicólogos de Valencia, donde ejerce. Hace terapias de masaje sensitivo y organiza sesiones en grupo de respiración consciente y conectada, así como paseos nudistas en bici.

Intenté contactarle para que hablase conmigo y participase en este grupo, pero fue imposible. Sí contacté a alguien que había estado en su círculo, que me dijo que los miembros (hombres y mujeres) firmaban un acuerdo de polifidelidad porque el líder del grupo les aseguraba que si tenían sexo con otra gente la energía del grupo se perdía. No voy a hacer interpretaciones sobre el tema puesto que no he estado dentro del grupo, pero desde luego no veo que exista evidencia científica de ningún tipo sobre la energía sexual que se pierda o se gane según te acuestes con unos o con otros. También me resulta raro que un círculo tenga un líder. En fin, yo ahí lo dejo.

Redes de relaciones conexas

En ellas cada persona puede tener varias relaciones, en diversos grados de importancia, con varias personas. Como sus amores a su vez tienen otros amores, lo que se crea al final es algo parecido a un círculo, pero los integrantes de la red no están obligados a pactar que no tendrán relaciones con otras personas.

Por ejemplo, Dosi y Jana son pareja. Cada una tiene a su vez dos relaciones secundarias, la una con dos hombres, la otra con dos mujeres. Esas relaciones secundarias a su vez tienen otras relaciones. Algunos están casados o viven en pareja, otros son «putones solteros» (más adelante se explica este término). La diferencia con tipos de relaciones similares que se establecen en relaciones tradicionales en las que se miente al respecto, pero se crean redes similares, es que en estas redes es común que los integrantes de la red se conozcan entre sí y pertenezcan al mismo grupo de amigos.

La mayor red de relaciones conexas que yo he visto la he vivido en un grupo de lesbianas cuyo nexo común fue, en su momento, un bar que estaba y sigue estando debajo de mi casa: La Berenjena. En principio era un bar de tapas normal y corriente, pero, como todas las socias eran lesbianas, se convirtió en un bar de lesbianas. Una gran parte de ellas estaban muy concienciadas en temas de poliamor y anarquía relacional desde la perspectiva feminista, en el sentido de desmontar mitos de amor confundido con posesión y

desmantelar también estructuras patriarcales.

Como el bar está a dos calles de mi casa y yo era amiga de las socias, acabé enterada de toda la red de relaciones conexas que se había montado con el bar como epicentro, y que era tan liosa como para que no la pueda explicar. Grosso modo, había un contingente que acudía a La Berenjena casi todas las noches. Todas se habían liado entre ellas, y algunas mantenían relaciones de amigas/amantes. Algunas eran parejas y gran parte o la mayoría de las parejas eran abiertas. Había también alguna que otra chica bisexual que tenía a su amiga con derecho en La Berenjena pero que vivía en pareja con un hombre.

En fin, que si una se pasaba allí un sábado por la noche podía encontrarse con que casi todas las allí presentes estaban relacionadas unas con otras, y además con algunos hombres que no se solían pasar por allí. Después yo dejé de pasarme por allí y no sé si a día de hoy La Berenjena sigue albergando a la misma red. Probablemente ya no, porque ahora es un local de mucho éxito, reseñado en casi todas las guías de la ciudad, y en esos casos ya no se da pie a que cada noche vayan las mismas personas. Supongo que el grupo ya se habrá buscado otro bar. Por cierto, La Berenjena sigue siendo el bar con mejores tapas de Madrid.

Algo parecido sucede en otro bar del barrio cuyo nombre no diré porque allí la red sigue activa. Si uno va un sábado por la noche podrá descubrir que las dos camareras salen juntas, pero una de ellas de vez en cuando se lía con un chico que se pasa por allí. El grupo que se va pasando por el bar es fácilmente reconocible. Un chico alto con el pelo rizado, una chica pequeña, morenita, con gafas, un grupo de veinteañeros que siempre llevan camisas de cuadros... En fin, no me voy a liar a describirlos a todos. Pero a lo largo de los años he vivido cómo se enmarañaba la red de relaciones, con sus líos de celos, con sus discusiones, con sus broncas, pero sabiendo todo el mundo quién estaba liado con quién, puesto que la mayoría de los habituales ya están comprometidos con temas de género y anarquía relacional. En este caso los «centrales» son los socios del bar, y los «periféricos» son sus amigos y amantes, que han ido allí atraídos por quien lo llevaba, y se han conocido entre sí.

En otros casos las redes de relaciones conexas se crean en

universidades, alrededor de librerías o incluso, en un caso que conozco, en una shanga budista que funcionaba como espacio de meditación. Funcionan, creo yo, como grupos extensos en los que la mayoría se conocen entre sí, pero no todos tienen sexo entre sí ni están obligados a cuidar unos de otros.

Putones solteros y follamigos

Personas que intencionadamente eligen vivir sin pareja, ni trío, ni círculo, ni compromiso sexual o afectivo de tipo ninguno, pero que mantienen numerosas relaciones, en algunos casos exclusivamente sexuales y de una noche, en otras manteniendo a una red de amigos con los que quedan para tener encuentros, sexuales o no. Como los putones se relacionan con putones, a través de apps o webs de contacto, cuando todo el mundo está sin pareja, y nadie está haciendo un casting para buscarla, cada relación es libre de buscar su propio nivel.

Entre los poliamorosos hay una norma en estos casos: se debe siempre dejar claro a la potencial pareja sexual que el poliamoroso no tiene ninguna intención de comprometerse en el futuro en una relación monógama, para evitar que alguien «se haga ilusiones» o imagine un potencial futuro como pareja cerrada.

Oriol y Carmen mantienen este tipo de relaciones. Uno es heterosexual y la otra es bisexual. Me cuentan que en muchos casos la persona con la que habían tenido una primera cita decide no tener sexo después de que les dejen claro su postura, pero que existe otra mucha gente que acepta lo que se les ofrece e incluso lo ven como una oportunidad para abrir miras.

Oriol, treinta y dos años, nos conocemos desde hace tres. Fue uno de los asistentes técnicos de mi corto.

«Yo he mantenido dos relaciones largas en mi vida y las dos acabaron como el rosario de la aurora, con conflictos de celos, de posesividad y toda esa mierda que se suele asociar a las relaciones. Tras mi última separación me abrí un perfil en Tindr y empecé a conocer a chicas. Me era muy fácil, ya sé que a otros no les es tan fácil, pero para mí aquello era una mina. Lo que tenía muy claro es que no quería mentir a nadie. Yo dejaba claro desde el principio que

no estaba interesado para nada en una relación al uso, monógama y exclusiva y todo eso, que estaba abierto a amistad y a sexo. Conocí muchas chicas y tuve una temporada muy loca. Puede que estuviera un año en ese plan. Al final me cansé porque todo era un poco vacío, como relaciones de zapping, pero me quedé con tres amigas con las que ocasionalmente tenía sexo. A veces sí, a veces no.

Al cabo de un año estrené una obra de teatro y quise invitar a todos mis amigos y, por supuesto, ellas contaban como amigas, y me vi en el problema de que ellas no se conocían entre sí. Así que decidí ser muy sincero. Todas sabían que ellas no eran mis únicas amantes, pero hasta el momento yo no les había dado información sobre las demás. Así que a cada una le dije. "Mira, voy a invitar a Esta Chica y a Esta Otra, y quiero que sepas la naturaleza de la relación que tengo con ellas".

Una de las tres se puso muy nerviosa y decidió no ir. Las otras fueron, las presenté y fueron muy amables la una con la otra. De la misma manera que mis amigos hombres pueden hablar entre sí sin problemas. A partir de entonces ellas también son más abiertas y me hablan sobre las demás relaciones que mantienen, hasta ese momento había sido un tema tabú. Básicamente considero a estas dos chicas mis amigas, y a veces me acuesto con ellas y a veces no, pero no siento ningún tipo de obligación de exclusividad sexual respecto a ellas. Es decir, si alguna de ellas necesitara dinero, un favor, ayuda de cualquier tipo, se la prestaría, igual que haría con un amigo hombre. Siento que las quiero y ellas me quieren. Las considero mis amores.

Debido a mi trabajo viajo mucho y conozco a mucha gente, y por la razón que sea me surgen muchas oportunidades de sexo. Si surgen, las aprovecho. Pero nunca miento ni prometo nada que no vaya a cumplir. Dejo claras las cosas. Y te sorprendería saber cuántas chicas dicen que sí. Ese mito de que las mujeres necesitan amor para tener sexo es falso. Muchas quieren tener sexo, sin más. O sexo con amistad. O un buen rato.

No sé si alguna vez volveré a tener pareja tradicional. No lo echo de menos y siempre hay alguien que me dice "pero te enamorarás y cambiarás de idea". Yo no digo radicalmente que no, pero no me lo puedo imaginar siquiera».

Carmen, treinta y nueve años, abogada. Nos conocimos hace unos diez años, en unas jornadas sobre Violencia de Género. Ella era ponente y yo también, en diferentes mesas:

«Llevo soltera, espera que cuente..., ocho años ya. Antes vivía con una chica, pero ella me dejó por otra. Para mí fue un shock, de verdad. Pasé dos años como una muerta en vida, por el shock que supuso enterarme de que durante un año me había estado mintiendo, viéndose con la otra a mis espaldas. Así que cuando acabé esa relación no quería ni oír hablar de historias de amor.

Mi ex era muy celosa, muy posesiva, y resulta que la celosa y posesiva en realidad me era infiel. Perdí la confianza en todo el mundo, estaba muy dolida.

Cuando mi ex me dejó, mi grupo de amigas se volcaron en mí y empezaron a salir conmigo a todas horas. Creo que aquel año salí todas las noches. Bueno, todas no, pero muchas. No sé ni cómo sobreviví, porque trabajo mucho también, pero la verdad es que dormía poco. Conocí a muchas chicas y chicos. Tuve asuntos con gente de todo tipo, chicas lesbianas, heteros y bis, y muchos muchos chicos. No he contado cuántos, pero un montón.

Al cabo de un año estaba ya un poco quemada con tanta gente, me sentía muy descentrada y decidí dejar de salir. Inicié una historia con una chica casada. La historia a mí me venía muy bien, porque me daba lo que yo quería, afecto, compañía y sexo, pero no me robaba libertad. ¿Su marido? Lo sabe. Viaja mucho, de lunes a viernes no está nunca en casa. Sí, claro, sigo con ella. Para mí ella es la relación sexual más estable que tengo, pero no solo es algo sexual, también somos amigas. Su marido es comercial y entre semana nunca está en casa, así que entre semana duermo en su casa muchas veces. Sus hijos son adolescentes y ni se imaginan lo que hay entre nosotras. Creen que soy la amiga de su madre, y punto. Alguna vez he comido con la familia en fin de semana. Sí, el marido estaba allí. No, yo no decía nada, no me preguntaba, yo me comporto con naturalidad y punto.

Los fines de semana salgo con mis amigas pero ya no tanto de copas. A cenar, al teatro, al cine... Ya no ligo tanto porque por supuesto es más fácil ligar a las dos de la mañana, en el Fulanita y borracha perdida. Pero alguna vez, por supuesto, conozco a alguien, y he tenido alguna historia. Sobre todo tengo historias con hombres, no sé por qué, quizá porque me lo ponen más fácil. No son historias de una noche, siempre intento profundizar más, que nos veamos después. Tengo dos o tres amigos muy especiales que han surgido así. De momento no tengo ninguna intención de volver a tener pareja, puede que nunca la tenga. Cuando recuerdo lo que viví con Elena solo me vienen a la cabeza malos recuerdos. Seguro que también hubo cosas buenas, pero el último año fue tal tortura que realmente no compensó. Lo que tengo ahora con Flor, mi amiga casada, es mucho más tranquilo.

Yo creo que todos hemos sido educados bajo el contexto de que tarde o temprano debemos elegir pareja, una persona que nos acompañará a lo largo del camino; incluyendo el sexual. Pero yo creo que la mayoría somos polígamos por naturaleza y monógamos por educación y estándar social. El caso es que yo ahora me siento bien y tranquila. Me gusta el sexo, me gusta compartir intimidad y cama, y sexo, pero no me siento capaz de dedicar toda mi vida a una persona».

Ismael, treinta años, me contactó vía Facebook cuando supo que yo estaba escribiendo este libro:

«Me acuerdo de que hace un año o así estaba en un garito en Chueca y vino una mamarracha toda puesta, y empezó a llamarme “zorrón, zorrón” a voz en grito porque su novio le acababa de contar que había follado conmigo. A mí me hizo tanta gracia que al lunes siguiente me compré una camiseta rosa en Zara y le estampé yo mismo la palabra “Zorrón” en el pecho con unas letras que había comprado en Pontejos. La camiseta tuvo un éxito increíble, te tienes que hacer una. No, no me molestó que me llamaran así, qué va, me lo tomo como un halago. Ser un putón, un zorrón, como quieras llamarlo, no tiene nada de malo. Mola. Más bien, el problema que siempre he tenido es que la gente piense que ser un zorrón es algo malo. Porque no lo es. Ser un zorrón es glorioso.

Yo no necesito la aprobación o los consejos de nadie. Hay mucha gente que me dice que no entiende cómo puedo llevar esta vida. Pues la llevo. Y me gusta. Y punto. Si me gusta un extraño y yo le gusto a él, es mi problema. No creo que yo tenga ningún problema de adicción al sexo o nada por el estilo.

Yo no sé en qué número o cantidad dejas de ser un gay normal y pasas a ser un zorrón, porque nadie dice cuánto es *mucho,* porque la cantidad exacta de personas con las que necesitas follar para ser calificado como zorrón depende de un juicio arbitrario impuesto por otros. En según qué sectores del ambiente gay tengo muy mala fama, eso lo sabes, pero yo creo que no les molesta tanto el número de personas con las que follo como el hecho de que no lo esconda, de que sea un zorrón orgulloso de serlo.

Una vez leí en un artículo que “promiscuidad” es solo una palabra que la gente inventó para describir y juzgar ciertos comportamientos humanos. Y que ser promiscuo es tan bueno o malo como ser “pipista”. Y el “pipismo” era una tendencia que tienen las personas a comer pipas. Pero si comes muchas pipas nadie te juzga bien o mal. No le agregamos ningún significado en particular al número de bolsas de pipas que te comas por semana, pero sí tenemos una opinión sobre el número de personas con las que follas cada semana. No entiendo por qué. Porque eso es un asunto que solo tiene que ver conmigo y con las personas con las que follo. A los demás les afecta tanto la gente que me folle como las bolsas de pipas que me coma.

El problema es que yo trabajo donde trabajo, tú sabes dónde, pero en el libro no lo pongas, y me jode no poder hablar tranquilamente sobre mi vida. O sea, viene la chica que trabaja a mi lado y nos cuenta a todos su vida y milagros. Que si la niña se ha puesto mala y tuvieron que ir a urgencias, que si su suegra le ha regalado una cubertería, que si el marido ha ganado un torneo de pádel, y yo tengo que soportar su cháchara porque su cháchara es legítima, está bien vista socialmente. Pero yo no puedo contar tranquilamente: “mira, ayer conocí a una pareja en el Grindr y follamos los tres y nos lo pasamos de puta madre”, y eso me saca de quicio. Lo mismo me pasa en Nochevieja o Navidad, cenando en casa de familiares, cuando ceno con gente que conozco, que no puedo contar la verdad sobre mi vida. Y ya lo que me saca de verdad de quicio es lo de que encima en el propio ambiente gay haya

quien me juzgue y se permita opinar sobre mí. O sea, si tengo que callarme fuera del ambiente gay no me voy a callar también dentro. Que no es que esté en el armario del todo, que en mi trabajo y en mi familia saben de sobra que soy maricón, pero no puedo contar cómo es mi vida de verdad.

Yo tengo mi trabajo, mis amigos, mi familia, no me hace falta pareja. Me encanta el sexo y estoy viviendo, desde que vine a vivir a Madrid, una época maravillosa. Ligo mucho. En saunas, en bares, en discotecas, con el Grindr. Grindr, Hornet, Manhunt, Scruff, etcétera, etcétera. Sí, he probado todas las apps, todas. Me gustan mucho los hombres. Todos los hombres. Altos, bajos, rubios, morenos, pelirrojos, musculocas y osos. No me apetece ahora mismo atarme a nadie. Quiero disfrutar de la suerte que tengo. No sé tú, pero yo estoy más que cansado de escuchar una y otra vez que los gays somos promiscuos. Es innegable que en el mundo gay existe la promiscuidad sexual, pero a lo que voy es que también los heterosexuales lo son, porque si no no habría semejante negocio con la prostitución, y de ellos no se habla. De hecho, muchos de los chulazos que yo me tiro son oficialmente heteros.

Por lo general los gays —siempre hay excepciones— somos promiscuos, y me incluyo. Es cierto. Es absurdo negarlo, esconderlo o intentar demostrar que es falso. Habrá gays muy fieles, seguro, pero todos sabemos que son la excepción y no la norma.

La promiscuidad sexual es una conducta que ha acompañado al ser humano durante toda su historia... Por ello, no creo que yo y gente como yo tengamos que avergonzarnos, ni considerar que seamos peores o mejores. Esa «libertad sexual» es algo opcional que cada uno decide poner en práctica o no y que en ningún caso debería de ser criticada.

Si quisiera podría tener un hombre en mi cama cada noche, porque recibo proposiciones a diario a través del móvil o de la web. La mayoría de estas ofertas son directas y sin tapujos. Te envían un mensaje preguntando si quieres sexo, preguntando tus gustos en la cama, por dónde vives y te piden que les envíes fotos para evaluar si eres merecedor de su atención. Como en un mercado. Sin un “hola”, sin conversación previa, sin importarles ni siquiera cómo te llamas. No es que me parezca mal, tienen las ideas claras y los objetivos definidos. Y se lanzan sobre ellos.

Pero yo no quiero vivirlo así. Yo me considero poliamoroso porque en un encuentro sexual sí me gusta que más allá del envoltorio carnal haya algo más que la idea de un polvo rápido. Me gusta disfrutar de una persona antes, durante y después del sexo. Sentirme a gusto más allá del mero acto lúbrico. Y eso me lleva a rechazar la mayoría de propuestas. Pero a aceptar muchas otras.

La mayoría de los hombres gays aún seguimos solteros y somos catalogados como promiscuos, buscones, entre otras cosas, porque aunque no lo queramos admitir muchos conocen al amor de su vida cada fin de semana en bares, discotecas, saunas y al fin de semana siguiente conocen a otro. Yo en cambio creo que tengo un caudal de amor que fluye desde mí hacia muchos,

doy lo mejor cuando estoy con alguien, doy amistad, cariño, cuidado, sexo, y recibo mucho. No engaño a nadie, no le cuento que le quiero o que es el amor de mi vida. Tengo sexo cuando quiero, y trato de tratar bien a todo el mundo. Soy feliz y trato de hacer felices a los demás. Y si eso es ser un zorrón, pues orgulloso de serlo».

Anarquía relacional

Antes de empezar este punto debemos aclarar que existen tres tipos fundamentales de relaciones poliamorosas.

1. Poliamor jerárquico o pareja abierta
Mantienen una relación poliamorosa bajo normas monógamas, por raro que suene.

En el poliamor jerárquico existe una relación romántico-sexual principal y el resto de relaciones románticas o sexuales están supeditadas a ella. La relación principal sostiene la mayor parte de carga emocional, de compromisos, de tiempo, etcétera; y, a menudo, la pareja principal tiene derecho de veto sobre el resto de relaciones romántico-sexuales. Las relaciones secundarias podrán sacrificarse, reducirse o sufrir perjuicio siempre que la relación principal así lo necesite.

Las personas en una relación de poliamor jerárquico solo consideran como parte de su red las relaciones romántico-sexuales, mientras que sus amistades se encuentran en una posición inferior, al igual que en las relaciones monógamas. Lo más importante es la pareja.

2. Poliamor no jerárquico
Los participantes en este tipo de poliamor consideran que ninguna de sus relaciones romántico-sexuales tiene una posición privilegiada con respecto a las demás. Nadie tiene derecho de veto y nadie tiene autoridad sobre las relaciones de los miembros de la red con terceras personas. Puede existir un sentimiento amoroso parejo entre sus componentes aunque los compromisos establecidos no sean idénticos.

Por otro lado, al igual que en las relaciones poliamorosas jerárquicas, las personas posicionan sus amistades de una manera

normativa; solo consideran parte de su red a las personas con las que mantienen relaciones romántico-sexuales. Sus relaciones romántico-sexuales disfrutan de una posición homogénea, pero todas, en su conjunto, ostentan un lugar privilegiado dentro de su entorno social. Sus relaciones no románticas o no sexuales carecen de ese estatus, al igual que en relaciones monógamas.

3. Anarquía relacional

No hace exclusivas las relaciones románticas ni el sexo, aunque puede incorporar tanto una como ambas. De esta manera, para un anarquista relacional, tanto sus relaciones convencionales como sus relaciones íntimas y más intensas no van a reducirse a las categorías de «pareja romántica», «sexual» o «romántico-sexual». En definitiva, no diferencia de forma jerárquica a alguien con quien se relacione de manera romántica de alguien con quien se relacione de manera no romántica.

Para un AR no existe un número finito de posibilidades de relación dentro de una red, y, de hecho, eso es lo que configura su núcleo, el que no importe cómo conformas tu relación.

Un AR descentra la pareja (o parejas) como lugar o espacio privilegiado donde se concretan la crianza, la convivencia a largo plazo, la integración en la familia de origen, tener una economía compartida... Para los defensores de la AR, esas cosas pasan a no depender de un vínculo romántico-sexual. No hace falta que exista ese vínculo para llevar adelante esos proyectos, pero no significa que dejen de existir.

Para entendernos: yo puedo vivir compartiendo casa con mi mejor amigo, o amiga, o mis mejores amigos/as, y desear tener un hijo con él/ella/ellos y cuentas corrientes comunes, y eso no significa que haya enamoramiento o sexo de por medio. Quizá sí, quizá no.

Pero el enamoramiento y el sexo no son lo importante. Lo importante es el vínculo.

El concepto de AR no hace exclusivas las relaciones románticas ni el sexo, aunque puede incorporar tanto una como ambas.

Es decir, para un AR, tanto sus relaciones convencionales como sus relaciones íntimas y más intensas no van a reducirse a las categorías de «pareja romántica», «sexual» o «romántico-sexual».

El AR no discrimina claramente el amor romántico del no romántico o de la amistad y jamás pondrá sus relaciones no románticas por delante de las románticas. No hace diferencia entre amigos y amigos con derecho a roce, o entre gente a la que ama y gente a la que quiere. Nunca diferenciará sistemáticamente entre «pareja» y «amiga» («no pareja»).

Un/a AR no hará exclusivo de sus parejas románticas el sexo, el compromiso, el afecto físico/sensorial y la intimidad, afectiva o no. Todos sus amigos y amigas íntimos, toda su red de cuidados, tendrán derecho a las mismas atenciones.

En fin, un AR es alguien con mucho amor que dar y mucho tiempo y energía para darlo.

Un AR puede hacer que una de sus relaciones de amistad no románticas se convierta en su pareja, y no hablo ya de sexo. Es decir, un AR puede copiar todo el código de conducta del concepto de «pareja» y ponerlo en práctica con una pareja con la que no mantiene relaciones románticas ni sexuales.

Esto es, puede adoptar compromisos de convivencia, crianza, gananciales, de integración de la pareja en la familia de origen, etcétera, con un amigo o amiga con quien convive, con quien decide criar un hijo, con quien decide compartir cuentas en el banco, y a quien decide integrar en su familia de origen.

En otras palabras, un AR, hombre y heterosexual, puede convivir con su mejor amigo o establecer una relación romántica homoplatónica con él sin que se diferencie en absoluto de una relación igualmente importante, íntima y afectiva, que ya haya establecido con una mujer. Puede incluso acabar conviviendo con él y su pareja romántica, formar una familia y que todos funcionen como parejas ecuánimes.

En definitiva, y en mi opinión, la AR tiene diferencias fundamentales que la separan del poliamor no jerárquico. El poliamor no tiene en absoluto en consideración las relaciones no románticas y no sexuales, como sí hace la AR.

La AR no tiene ideas preconcebidas sobre cómo deberían funcionar las relaciones románticas y las relaciones de amistad.

Las parejas románticas no tienen autoridad sobre las relaciones de amistad de cada componente ni sobre las relaciones románticas de los mismos.

Un/a AR puede disfrutar de amistades sexuales no románticas, de relaciones románticas no sexuales y de amistades no sexuales y no románticas.

Un/a AR sabe que entre el blanco y el negro existe una amplia escala de grises. Crea relaciones sobre esa base, y ese es el espacio que ocupa: el territorio por explorar. No existe un número finito de posibilidades de relación dentro de una red AR, y lo cierto es que eso es lo que configura su núcleo, el hecho de que no importe cómo conforma sus relaciones. Las relaciones establecidas dentro de la escala de grises no se adscriben a las definiciones sociales categóricas de relación romántica, amistad, pareja y familia.

Si quieres saber si eres o te acercas a ser anarcorrelacional, hazte estas preguntas: ¿Tienes en cuenta tus relaciones no románticas o no sexuales? ¿Tus relaciones romántico-sexuales ostentan una posición muy parecida a la que ostentan las relaciones romántico-sexuales en un ámbito normativo y monógamo, si excluyes la monogamia? ¿O tienen una posición menos definida y ambigua?

Para ver el manifiesto sobre anarquismo relacional, ve al anexo.

Nacho, cincuenta y seis años, es un agente de actores muy respetado. Nos conocemos desde que yo escribí el guion de la película *Sobreviviré,* en el año 1999:

«Conocí a Ghislain cuando yo tenía veinte años y él cuarenta. Para mí fue un flechazo absoluto, radical, a primera vista. Pero yo para él no. Él no quería estar con un chico tan joven. Igualmente, yo lo perseguí. Yo había ido al estreno de una obra de teatro en la que actuaba un amigo y a la salida nos invitaron a la fiesta que hacía la compañía. Y nada más ver a Ghislain me quedé impactado. Pensé que en la vida había visto a otro hombre tan guapo. Y ya cuando conseguí entrar en el corrillo en el que él estaba hablando, me fundí. Ghislain, entonces y ahora, es siempre el centro de las conversaciones, porque es muy culto y muy ingenioso. Me pasé toda la noche mirándole e intentando que se fijara en mí, pero no me hizo ni caso. Igualmente, al día siguiente conseguí que mi amigo me diera su teléfono y empecé a llamarle a todas horas, pero nunca estaba en casa..., es que entonces no había contestadores. Al final, le escribí una carta. Y él me respondió con otra. Fue muy bonito.

Con Ghislain lo aprendí todo sobre teatro. Si no le hubiera conocido probablemente ahora estaría trabajando en algo que no tendría nada que ver. Y es que habría acabado en el bufete de abogados de mi padre, que era lo que mi familia quería y por eso estaba estudiando derecho. Pero a través de

Ghislain conocí por dentro el mundo del teatro y el cine, y cuando acabé la carrera decidí hacerme representante de actores. Y es que en España casi ni se sabía lo que era eso. Yo fui el primer “repre” que era también abogado y que podía firmar contratos y defender como Dios manda los derechos de mis clientes, y todo se lo debo a Ghislain, que fue el que me abrió los ojos a otro mundo.

Pero, claro, la diferencia de edad se cobró factura. Yo a los treinta años quería salir, divertirme, follar, estaba lleno de energía, de vida, y poco a poco a Ghislain le iba interesando más quedarse en casa, y le iba interesando menos el sexo. Igualmente, nos separamos de forma muy amistosa. Yo seguí con mis historias y él con las suyas.

Hace cinco años Ghislain me llamó una noche para que le acompañara a urgencias. No podía respirar; tenía un catarro mal curado que se complicó hasta derivar en neumonía. Estuve con él en el hospital día y noche hasta que le dieron el alta. Entonces me di cuenta de que Ghislain no estaba para vivir solo. Ve cada vez peor, se cansa enseguida, es un hombre mayor, quieras que no. No tiene nadie que le cuide. Sus padres siempre le han dado de lado por ser homosexual, sus hermanos no son tan así pero viven en Francia, con la vida muy hecha y, claro, no tiene hijos. Tras mucho hablarlo, decidimos vender su casa, y con parte del dinero reformamos la mía para que Ghislain pudiera tener su espacio independiente con su baño y su salón para leer o para dibujar. El resto lo tenemos en una cuenta y los gastos de casa los llevamos en común. Decidimos casarnos por una razón muy simple, porque si no a Ghislain le heredarían sus hermanos por ley, y sus hermanos no han cuidado nunca de él. De manera que legalmente somos marido y marido, igualmente no somos pareja. Yo tengo a mi novio, Iker, que vive con nosotros, y que se lleva muy bien con Ghislain. Además, como yo viajo mucho por razones de trabajo, así Ghislain no se queda solo.

Los amigos entienden perfectamente la situación, no hay que explicarles nada. Y a mis vecinos les he dicho que Ghislain es mi tío, y es que en realidad no tengo por qué soportar cotilleos. En el mundillo en el que trabajo todo el mundo sabe que Ghislain y yo no somos ya pareja y que vivimos los tres juntos, y entienden muy bien por qué. Yo quiero a Ghislain, le quiero. Y no te voy a decir que le quiero “como un hermano” o “como un padre”. Le quiero y punto. Y a Iker también le quiero, de forma diferente. Nos queremos mucho los tres y ya está.

Si Iker no hubiera aceptado la situación, bueno..., es que eso ni me lo planteo. La razón por la que yo amo a Iker es porque tiene un corazón de oro, porque es una persona íntegra. Yo nunca amaría a nadie que no entendiera las razones por las que vivo con Ghislain. Igualmente, cuando Iker me conoció yo vivía con Ghislain, y cuando Ghislain vino con nosotros yo ya vivía con Iker, así que ni siquiera tuvo ocasión de pensar que podía haber sido de otra manera».

Una de las definiciones más bonitas de lo que es anarquía relacional la encontré paradójicamente en un libro para adolescentes, escrita por unos autores que probablemente ni siquiera han escuchado el término nunca. Los autores son John Green y David Levithan, y el libro se llama *Will Grayson, Will Grayson*. Y lo que transcribo es la declaración de amor de un chico a su mejor amigo:

> «No, no, no. No quiero follar contigo. Solo te quiero. Desde cuándo la persona a la que te quieres follar es la única que cuenta. Qué gilipollez. Joder, ¿a quién cojones le importa el sexo? Parece que sea lo único que hacemos los humanos pero, venga ya. ¿Cómo pueden nuestras putas vidas sensibles girar alrededor de algo que pueden hacer las babosas? Es decir, a quién quieres tirarte y si quieres tirarte a alguien. Supongo que son temas importantes pero no tanto. ¿Sabes quién es importante? ¿Por quién estás dispuesto a morir? ¿Por quién te levantas a las seis y cuarto de la mañana aunque ni siquiera sabes por qué te necesita? ¿A quién elegirías?».

Célibes. Personas que viven sin sexo pero no sin amor

En la sociedad coitocéntrica en la que vivimos está extendida la idea de que vivir sin sexo es insano. De que la persona que no practica el sexo sufre un trauma psicológico o un problema físico. Y también existe la idea de que un matrimonio, una pareja o una relación de amor no se puede sostener sin sexo. Esta idea es muy reciente, y por lo tanto no es universal. Y, desde luego, no se cree así en todo el mundo. En tres cuartas partes del mundo si una mujer está soltera y no es prostituta se da por hecho que es célibe. Y nadie piensa que esté enferma física o mentalmente. Y lo mismo se pensaba en España hace menos de veinte años. En un hombre soltero, se puede esperar que vaya con prostitutas, por eso de que «los hombres tienen sus necesidades». Pero de un hombre soltero y espiritual, no. Por ejemplo, en los años sesenta si se hubiera sabido que alguno de mis tíos solteros y muy católicos pagaba por sexo, estoy segura de que hubiera estado mal visto. Mi padre y mi madre tenían ambos primos solteros, hombres y mujeres. Se les suponía a todos célibes, y muy probablemente lo fueran.

Existen personas no interesadas en el sexo, por la razón que sea. Por razones religiosas, a veces. O no.

Muchos artistas deciden prescindir del sexo en épocas de intensa efervescencia porque creen que interfiere con su flujo de creación. Yo misma dejé de tener sexo en las últimas etapas de escritura frenética de este libro. Otras personas renuncian al sexo tras una temporada de saturación. Martín Celí, líder de la banda Santo Domingo, ha reconocido abiertamente que tras unos años en los que tenía sexo con una mujer diferente tras cada recital, decidió decirle no al sexo, y durante más de un año se dedicó en exclusiva a componer.

En otros casos es el resultado de una ruptura, pero no porque se haya creado trauma alguno, sino porque esa persona considera que necesita tiempo y espacio para recomponer su identidad.

Y hay casos, más de los que parece, de personas que no sienten deseo sexual, y que están perfectamente sanas, a nivel físico y mental.

Los célibes son personas perfectamente capaces de amar y ser amados. Existen muchos casos de matrimonios sin sexo, así como de personas célibes que mantienen relaciones poliamorosas sin sexo.

El caso más cercano es el de una amiga artista muy conocida, que me ha pedido que no cite su nombre. En todas las historias de este libro he cambiado el nombre, por supuesto. **Carla** —la llamaré así— es una artista famosísima, que ha recibido infinidad de premios tanto en España como en el extranjero. Ahora mismo tiene **sesenta años,** y dejó el sexo a los cuarenta.

«En aquel momento me encontré con una niña pequeña y muchísimo trabajo. Mi trabajo requiere de mucha concentración y soledad, y de mucha introspección. Decidí dejar las relaciones porque necesitaba concentrarme en mi obra. Siempre pensé que antes o después volvería a tener sexo, pero no fue así. Eso, sin embargo, no me impidió enamorarme ni que otras personas se enamoraran de mí. Situé las relaciones en otro plano, de cuidado, de comunicación espiritual e intelectual. Y de esa manera nunca hubo celos ni posesión. No suelo hablar de esto y la gente ve a mis amores como a mis amigos, pero yo sé que es un amor muy profundo y ellos también. No siento el menor deseo de volver a tener sexo, ni creo que mis relaciones lo necesiten».

El bombón bisexual, el unicornio y los cazadores de unicornios

Carmen y otras mujeres bisexuales solteras se encuentran con un problema tan común en el mundo poliamoroso que se le ha puesto nombre: el problema del bombón bisexual, en inglés HBB *(the Hot, Bi, Babe)*.

Existe un tipo de parejas que buscan a una tercera mujer, bisexual, para que haga un trío con ellos. Las poliamorosas bisexuales suelen rechazar este tipo de propuestas porque en general la iniciativa ha partido del hombre y su compañera ha aceptado para complacerle a él, pero esa pareja no contempla a la tercera (al bombón bisexual) como a una persona, sino como a un juguete para confirmar una fantasía. Fruto del ambiente machista en el que vivimos es que casi ninguna pareja heterosexual entra en una app o un portal de contactos o va a un bar de ambiente poli en busca de un chico para que haga un trío con ellos. Las bisexuales suelen rechazar este tipo de ofertas.

«Estoy harta de escuchar a tíos que me dicen la envidia que les doy porque todo el mundo quiere follar conmigo. Es una mierda, no es para enorgullecerse, y muchas veces les he explicado a esos tíos que sí que es fácil acceder a hombres para follar, pero no es fácil encontrar personas con las que tener una relación honesta y que estén a la altura de comprenderme sin pensar más allá de que soy una anomalía exótica y follable. Entonces sí, te reconozco la cantidad pero no la calidad.

En cuanto la gente se entera de que eres bisexual y poli, tachán, ya lo tienes: el enjambre de moscones. Los hombres que merodean en busca de "algo fácil" sin ninguna implicación emocional, cuando a mí solo me interesa un hombre (o una mujer) si es realmente poliamoroso como yo y si está buscando formar vínculos reales e íntimos con personas. Y luego los que buscan hacer tríos. Cuando un tipo busca engañar a su pareja o hacer un casting para "una tercera" para animar un poquito las cosas en casa, sin ningún interés en quién es esa persona o qué quiere, paso. No tengo problema con conocer a las otras parejas de alguien, pero *sí* tengo problema con asumir un rol que dos escribieron antes de conocerme. No quiero ser el juguetito sexual de nadie.

Como mujer "solo poli" y bisexual me he tenido que volver experta en determinar si la gente está buscando alguien para jugar. Porque cuando la gente entiende que eres soltera, abierta y bisexual entiende algo diferente de lo que les cuentas. Entiende que en lugar de decir: *Busco formar relaciones*

independientes, de largo plazo e íntimas, con personas que estén de acuerdo con que "comprometerse" no significa por defecto "a una sola persona", tú dices: *"Estoy superinteresada en un trío aunque acabamos de conocernos"* o *"No hace falta que me trates como a una persona"*.

Paso mucho de la gente que quiere que seamos "follamigos" o "amigos con derechos a roce". Ya he aprendido, por supuesto, que esas palabras son otra manera de decir "solo sexo". Encuentros "sin compromiso" y "amigos con derecho" no es lo que yo estoy buscando.

Y luego está el coñazo ese de los cazadores de unicornios. En el ambiente poli, y en el swinger también, a las solteras bisexuales nos llaman "los unicornios", porque se supone que somos una criatura bella y mítica.

Los cazadores de unicornios son una pareja que funciona como pareja heterosexual, en la que ella es bisexual y él heterosexual. Los cazadores de unicornios están buscando a una mujer que esté con ellos. Si son swingers, solo la quieren para una noche. Si son polis, han estado juntos durante más de un año y son personas con la mente abierta, tolerantes, éticas y progresistas, quieren una trieja. Su relación tiene puntos muy buenos, se interesan genuinamente el uno por el otro, están comprometidos, y tienden a estar abiertos a nuevas experiencias.

Imagínate que tú eres el unicornio, y que esta pareja que estás conociendo por primera vez te empieza a hacer preguntas y preguntas y ocasionalmente se miran entre sí, dándose miradas interrogativas y aprobando con la cabeza de cuando en cuando. Me ha pasado tantas veces que ya casi me da la risa, te sientes como en una entrevista laboral, como que te están juzgando. Mi reacción inicial cuando me ponen una situación como la que estoy describiendo es disculparme e irme. Si no van a tener una conversación abierta y honesta conmigo, no me interesa participar. Si quieren tener una relación genuina, abierta y auténtica, van a necesitar ser genuinos, abiertos y auténticos.

Ahora mismo estoy saliendo con una mujer casada, y no me acuesto con su marido. Mi relación es con ella, no con él. He hecho muchos tríos en la vida y también he mantenido una relación a tres con un hombre y una mujer. Pero nunca he querido liarme con una pareja de hombre y mujer que ya estuviera hecha. Porque siento que ellos quieren cumplir una fantasía. Él quiere cumplir una fantasía masculina muy típica: hacer un trío con dos mujeres. Y ella quiere o bien complacerle a él o bien tener una experiencia lésbica pero en su zona de confort, con él mirando. Es como si ella tuviera miedo a ser lesbiana del todo, y el hecho de que él esté allí le protege de ser lesbiana... y así ella es solo es un poquito lesbiana, o heterocuriosa.

Entonces yo no soy más que un instrumento, un juguete para que ellos pongan en práctica sus fantasías. Y mi fantasía, la mía, no es cumplir la fantasía de otro. No soy el juguete de nadie.

Cuando yo he hecho tríos ha sido o bien porque ha surgido entre tres personas que estábamos solteros los tres, en la típica noche de fiesta, o bien

porque estaba con una mujer y nos ha gustado una noche un hombre.

Cuando hice una trieja estaba primero saliendo con una chica, y después una noche conocí a un hombre maravilloso, que empezó siendo simplemente nuestro amigo. Tardamos tiempo en conocerle y en desearle, nos enamoramos de él. No es que tuviéramos una fantasía primero y después buscáramos a la persona que colmara esa fantasía.

Lo que quiero decir es que yo quiero que me vean como a una persona. Que se enamoren de mí. No quiero que primero se creen una fantasía y luego vayan buscando a alguien que encaje en esa fantasía. Y me parece que no quiero entrar en una pareja ya hecha. Si están buscando a una persona muy específica, a una chica bi a la que le guste ella y también él, que les tenga contentos a los dos, ¿cómo van a conocer a esa persona exactamente? Además, le construyeron a este monstruo de Frankenstein que se han creado de antemano un lugar rígido y pequeño en donde vivir, porque ellos ya tienen vida de pareja muy hecha, y tú vas a entrar en franca desventaja, en un mundo que ya tiene reglas hechas, rutinas estructuradas, ya sabes, ¿qué les hace pensar que alguien va a decir "hmmm..., tu modelo altamente restrictivo de relación donde me siento constantemente en desventaja me suena bien..., ¡cuenta conmigo!"?

La verdad es que estoy harta de sentirme el bombón bisexual. Y me jode sobre todo que venga alguien, para colmo, a decirme que me envidia».

El polifake

Término inventado, tengo entendido, por Alicia Murillo, activista feminista y artista multidisciplinar española. Cuyos vídeos tenéis que buscar en la red porque son de lo más divertido que he visto jamás.

Los polifake son las personas que se acercan al poliamor porque el poliamor les sirve como coartada, como cobertura filosófica, política, ética y guay para que puedan ir a su bola y sembrando cadáveres a su paso, practicando la no monogamia. En realidad no practican el poliamor dado que no respetan los conceptos de honestidad y lealtad. El polifake pone especial énfasis en algunos términos relacionados con el poliamor, pero nunca pone el acento en otros. Adora hablar de «amor libre» y «amor sin obligaciones» pero olvida que hay que añadir la honestidad, la sinceridad y el cuidado de las personas con las que te relacionas.

El poliamor piensa las relaciones sin términos de obligatoriedad. Pero las obligaciones en el poliamor existen. Se trata de un

compromiso de horizontalidad, de respeto y de no instrumentalización.

El poliamor propone crear vínculos amorosos no posesivos, basados en el compromiso con los pactos que estableces con cada persona, sean cuales sean. Establecidos desde la sinceridad: sin engaños, sin medias verdades, sin deshonestidades. Fidelidad a los pactos, y lealtad a las personas.

Un polifake es aquel/aquella que miente sobre las demás relaciones que mantiene. Quien no usa sexo seguro. Quien no acepta un abandono y se vuelve acosador/a. Quien manipula y pone en peligro las demás relaciones de sus parejas. Quien inicia una relación con una persona que está en pareja abierta con la sola intención de acabar con esa pareja. Quien ofrece sexo pero nunca respeto. O cualquiera que se salta los principios de honestidad, lealtad y respeto.

> «El polimacho es el típico tío que se mete en los círculos poliamorosos sin contárselo a su novia monógama a menos que quiera hacer un trío con otra tía. Se caracteriza por no permitir que haya hombres en los juegos sexuales en los que participa, hacer proselitismo del sexo anal pero sin usar su ano, recordarnos siempre a las tías que debemos liberarnos sexualmente y follar siempre con mujeres más jóvenes que él o socialmente inferiores». (Alicia Murillo, *El conejo de Alicia)*.

Género fluido

Una de las características del ambiente poli es que el género y la orientación sexual no se consideran fijos.

Hay muchos transexuales que se casan o se emparejan y no necesariamente con quien los demás esperarían. Muchos trans mujeres que nacieron biológicamente hombres se casan con mujeres, y se hacen lesbianas. Y muchas trans hombres que nacieron mujeres se hacen gays y se emparejan con hombres. Por sorprendente que parezca a ojos ajenos, es un sistema de emparejamiento bastante común.

La orientación sexual hace referencia a quién nos atrae, si nos atraen mujeres, hombres, o ambos sexos. Es decir, se trataría de una sensación de atracción hacia otra persona, no solo a nivel sexual,

sino también romántico, o afectivo. Esta atracción se mantiene en el tiempo, y se dirige a personas de un determinado sexo (homosexualidad, heterosexualidad), o de ambos (bisexualidad).

La identidad sexual hace referencia al sexo al que sentimos que pertenecemos (me siento hombre, me siento mujer).

Y, efectivamente, una persona transexual (por ejemplo, una mujer a la que se le asignó el sexo masculino en su nacimiento y que posteriormente declara que se siente mujer, y por tanto tiene una identidad femenina) puede ser homosexual (una mujer a la que le gustan otras mujeres). Las personas transexuales pueden ser homosexuales, bisexuales o heterosexuales.

Importa dejar claro que sexo no es género:

El sexo viene determinado por la naturaleza, una persona nace con sexo masculino o femenino. En cambio, el género, varón o mujer, se aprende, puede ser educado, cambiado y manipulado.

Se entiende por género la construcción social y cultural que define las diferentes características emocionales, afectivas, intelectuales, así como los comportamientos que cada sociedad asigna como propios y naturales de hombres o de mujeres. El género es la construcción psicosocial del sexo.

Por ejemplo, pensar que las mujeres son habladoras, cariñosas y organizadas y los hombres son activos, fuertes y emprendedores es una construcción de género. Los hombres pueden usar faldas y tacones y las mujeres pueden usar smoking en una fiesta de gala. Pensar que no pueden o no deben hacerlo es un ejemplo de construcción de género. Los hombres pueden llevar las uñas largas y pintadas y las mujeres el pelo corto a lo marine. Pensar que no pueden o no deben hacerlo es un ejemplo de construcción de género.

Una primera función implícita en el género es la de hacer patente que hombres y mujeres son más diferentes que similares, y este es el motivo de que la sociedad humana haya establecido la existencia de estos dos géneros, fenómeno que tiene una dimensión universal.

También es importante mencionar que hay personas que no se sienten específicamente de un sexo ni de otro, o bien se sienten de un sexo en una etapa de su vida, y de otro sexo en otra etapa. Es lo que se conoce como personas de género fluido. Pero ¿qué sucede si

yo soy una persona de género fluido, o me enamoro de personas de género fluido? ¿Me categorizaría como una persona homosexual, bisexual, heterosexual...?

Aquí merece la pena recordar que también existen personas denominadas pansexuales, que se caracterizan por sentir atracción erótica, romántica, estética, y/o afectiva, por distintas personas independientemente de su sexo (del sexo propio y del sexo de la persona que atrae). Principalmente, su atracción se basa en las características o la forma de ser de las personas que le atraen, pudiendo ser mujeres, hombres, transexuales, bisexuales, o de género fluido...

Como vemos, las formas en que se expresa la sexualidad, o la forma en que cada persona la vive, son enormemente diversas. Y que el sistema binario hombre/mujer es tremendamente exclusivista, y excluye no solo a personas que no se sienten ni lo uno ni lo otro, sino a aquellas que nacen siendo intersexuales.

La intersexualidad se define como una condición natural en la que una persona presenta una discrepancia entre su sexo cromosómico (XX/XY), sus genitales (vagina y pene) y sus gónadas (ovarios o testículos), presentando características propias de ambos sexos.

Esto fue lo que motivó que durante muchos años se conociera erróneamente como hermafroditismo, palabra que junta los nombres de los dioses griegos Hermes y Afrodita, representantes, respectivamente, de la masculinidad y la belleza femenina. Este término se ha dejado de emplear ya que es inexacto, insensible y tiende a confusiones.

El hermafroditismo se presenta en animales que tienen dos sexos, pero con características muy bien definidas y diferentes a lo que ocurre en los humanos. Los interesexuales no tienen todos los caracteres de los dos sexos, sino algunos caracteres de cada uno.

Externamente, los síntomas o caracteres morfológicos que pueden presentar las personas intersexuales son muy variados. Además de la ambigüedad genital ya comentada, pueden verse casos caracterizados por la fusión parcial de los labios, de micropenes o clitoromegalia (agrandamiento del clítoris), ausencia o retraso marcado de la pubertad, penes con abertura en sitios diferentes a la punta, testículos que no descienden, pudiendo

resultar ovarios, entre otras muchas.

Una persona intersexual ha nacido así, con características de los dos sexos. No nace siendo hombre ni mujer.

Una persona transexual nace con características morfológicas de un sexo determinado y decide voluntariamente adscribirse a otro género, masculino o femenino, que no se corresponde a su sexo morfológico. Puede operarse para cambiar características morfológicas.

Una persona de género fluido nace con características morfológicas de un sexo determinado y decide voluntariamente no adscribirse a ningún género. Ni masculino, ni femenino.

Io Tillett Wright, por ejemplo, es un/a fotografx, activistx, y actor/actriz neoyorquino. Escribir la frase anterior me ha supuesto un conflicto porque la propia frase me exigía encasillar a Io dentro de un género (fotógrafo/fotógrafa, actor o actriz), e Io no lo tiene. No se define como hombre o mujer, y a primera vista sería difícil determinar cuál es su sexo biológico. Podría ser un chico o una chica. Tampoco da información sobre sus relaciones. Antony Hegarty, el cantante de Antony and the Johnsons es otro caso similar. En España, Falete podría ser una representación popular de una persona de género fluido, con la diferencia de que él ha dejado claro que sus preferencias sexuales se orientan a los hombres.

Poliamorosos con hijos

En la promiscuidad ética se pueden establecer diferentes maneras para criar hijos en una familia extensa interconectada sexualmente. Los hijos dan por hecho este tipo de movilidad. Preguntas sobre cómo contar a los hijos el tipo de relaciones que se mantienen, cómo prepararlos para preguntas complicadas en el colegio o desde los amigos, cómo ayudarles a relacionarse con personas que vienen y van suponen un reto para los padres y madres poliamorosos. Hay que decidir cuánto tienen que saber los hijos sobre el estilo de vida de los padres. Cuando se vive en una comunidad que no comparte el estilo de vida o los estándares sobre educación sexual, el deseo de educar o de informar debe equilibrarse frente a la necesidad de los

niños de lo que pueden compartir o no en el colegio y con los amigos. Hay que enseñar a los hijos cómo funcionan los estándares de otras personas y lo que se puede compartir o no.

Una gran pregunta sobre el poliamor es la forma en que afecta a las familias con niños. La respuesta a eso no está del todo clara, ya que no se han llevado a cabo estudios masivos acerca de los resultados a largo plazo de los niños que crecen con padres poliamorosos. Pero una investigación temprana sugiere que el poliamor no tiene que tener un impacto negativo en los niños. Melissa Mitchell, estudiante graduada en Psicología, llevó a cabo la investigación en la Universidad Simon Fraser de Canadá con mil noventa y tres personas poliamorosas pertenecientes a cientos de familias diferentes, incluyendo docenas de niños de padres poliamorosos entre los cinco y diecisiete años de edad.

Los padres poliamorosos admitían que existían desventajas en esta forma de vida cuando se tenían hijos. Por ejemplo, los prejuicios del mundo exterior y el peligro que un niño tiene al apegarse a una de las parejas sentimentales de sus padres que más tarde podrían abandonar la relación, por lo cual los padres poliamorosos son extremadamente cautelosos en la introducción de sus parejas a sus hijos.

Pero tanto los padres como los niños consideran que existen ventajas en este estilo de vida. Para los padres, tener más de dos adultos que apoyen la crianza de los hijos puede ser un alivio. Los niños también dijeron que se sentían más a gusto al tener varios adultos en quienes poder confiar, a pesar de que se quejaron de que tenían demasiada supervisión. Asimismo, los menores hablaron sobre las ventajas de crecer sabiendo que podían tomar sus propias decisiones acerca de cómo construir sus propias familias.

Sin embargo, los niños entre los cinco a ocho años de edad rara vez son conscientes de que sus familias son diferentes de las demás. Los pequeños pensaron que los novios y las novias de sus padres se relacionaban de alguna manera con ellos mismos y no los vincularon directamente con mamá o papá.

Un niño de seis años no piensa en alguien como el novio de mamá, sino que piensa en esa persona como «el que trae Legos» o «el que me compra helados».

Entre los nueve y los doce años, los niños se vuelven más

conscientes de que sus familias son diferentes, pero la mayoría dice que la gente tiende a confundir los arreglos poliamor con familias mixtas o relaciones complejas modernas.

Los adolescentes de entre trece a diecisiete años de edad tienden a adoptar un enfoque más frontal, es decir, «si crees que mi familia está mal me lo tienes que demostrar porque mi familia es correcta». Algunos de los adolescentes encuestados indicaron que considerarían el poliamor para su propia vida sentimental futura y otros aseguraron no estar interesados en absoluto.

Ninguno de los niños entrevistados padecía una patología de salud mental. El estudio sugiere que este tipo de relación amorosa no es realmente mala para los niños.

En un artículo publicado en la revista *Vice* el escritor, periodista y poeta británico Benedict Smith hablaba de su infancia en una familia poliamorosa. El artículo se tradujo a la edición española de *Vice*. Reproduzco algunos extractos.

«De pequeño vivía con mi padre, mi madre, el compañero de mi madre y, durante una temporada, con la compañera del compañero de mi madre. Mi madre podía llegar a tener hasta cuatro compañeros a la vez. Papá también tenía sus compañeras, así que me crie en una red interconectada de adultos que mantenían relaciones no excluyentes pero con compromisos que podían prolongarse durante años, incluso décadas.

(.../...)

Visto en retrospectiva, lo que más me maravillaba de nuestra situación era lo abrumadoramente normal que parecía todo. Casi desearía que hubiera sido más emocionante. Haber sorprendido a mis padres en una orgía amenizada con anfetaminas, gente con el culo al aire, monjas y aves de corral. Pero no, la mía era una familia disfuncional como otra cualquiera. Tan disfuncional o funcional como una familia monógama.

Nunca les he reprochado a mis padres que tuvieran otros compañeros. Solíamos ir todos juntos al cine o a pasar las vacaciones en un barquito. El hecho de que hubiera más adultos de lo normal en casa se traducía en más amor y apoyo y más ojos que velaran por nosotros. Mi padre y James tampoco sentían celos mutuos, no existía esa presencia del macho alfa marcando sus dominios. Eran buenos amigos.

(.../...)

Recuerdo la primera vez que James me regañó. Tenía ocho años y sin darme cuenta me lancé corriendo al tráfico de la calle. James tiró de mí hacia la acera y me gritó por no haber mirado a derecha e izquierda. Recuerdo que pensé, *Anda, así que este adulto también me puede disciplinar*. No tardé en darme cuenta de que aquello quería decir que tenía un adulto más pendiente

de mi seguridad, dispuesto a evitar que acabara aplastado por las ruedas de un coche, y que al fin y al cabo aquello era positivo.

(.../...)

Nunca mentimos acerca de la dinámica de mi familia, tampoco íbamos pregonándolo a los cuatro vientos. Nos referíamos a James como "un amigo de la familia", y durante un tiempo funcionó. Pero al final nos echaron. Alguien había estado investigando la página de LiveJournal de mi madre en Internet y se propagó el rumor de que mi familia era poliamorosa.

La mayoría trataba de entenderlo, pero no todos eran capaces. Tal era el rechazo que sintió una familia en concreto que prohibieron a sus hijos jugar con nosotros. El asunto empeoró cuando alguien hizo una llamada a los servicios sociales, vinculando las relaciones poliamorosas con el abuso de menores, lo que provocó un goteo incesante de visitas de asistentes sociales a casa. Recuerdo perfectamente estar sentado en el suelo del salón, con mis muñecos de Robot Wars, Hypno-Disc en una mano, Sir Killalot en la otra, intentando convencerles de que mis padres no me estaban haciendo ningún daño.

(.../...)

Haciendo balance, creo que mi educación en este entorno me ha hecho ser mejor persona. Tuve la oportunidad de hablar con adultos de procedencias muy dispares, ya fueran los compañeros de mis padres o los compañeros de los compañeros de mis padres. Viví con personas gais, heteros, bi, trans, con escritores, científicos, psicólogos, adoptados, bermudeños, hongkoneses, gente rica y gente que vivía de subsidios. Crecer en ese crisol contribuyó a ampliar mi perspectiva del mundo y a forjar mi personalidad.

Nunca he envidiado a mis amigos con padres monógamos. Había chicos que vivían con dos o un progenitor, o con padrastros, o con los abuelos o sus tías o tíos, así que lo mío no era tan raro. Supongo que no habrá mucha diferencia en el modo en que unos padres monógamos y unos poliamorosos pueden joder la vida a sus hijos. Los buenos padres lo son sin importar el número. Por suerte, los míos eran increíbles.

Tampoco creo que las relaciones poliamorosas sean mejores que las monógamas. Sencillamente, son distintas, pero me gustaría que no estuvieran tan estigmatizadas.

(.../...)

Mucha gente me pregunta si el hecho de tener padres poliamorosos ha alterado mi forma de concebir el amor como adulto, y la respuesta no es sencilla. Haber crecido en un entorno poliamoroso me ha hecho percibir la monogamia como algo ajeno y antinatural. Es posible amar a más de un amigo o familiar a la vez, por lo que la idea de que solo se puede sentir amor por una única pareja resulta chocante. Ahora estoy en la veintena y tengo inclinación por tener varias compañeras (aunque quizá se deba más a la libido que a una convicción filosófica). No me considero poliamoroso, pero estoy abierto a mantener relaciones tanto con varias compañeras como con una

sola.

Pasamos gran parte de la vida sufriendo y luchando; el resto es amor y buena pizza. Para un fragmento de tiempo cósmico que pasamos en este diminuto grano de arena que llamamos Tierra, ¿no podemos sencillamente aceptar que el amor es amor, ya sea entre razas, entre personas del mismo sexo o entre más de dos individuos? La discriminación del amor es una enfermedad del corazón, y para contraerla ya tenemos la pizza».

De entre todas las personas que hablaron conmigo para hacer este libro algunas tenían hijos. Roja, la autora de *Saltando la línea roja.* Piluca, Rosa y Juan. Jaime y Yolanda (Yolanda conoció a Jaime siendo madre soltera de un hijo que posteriormente Jaime adoptó). Lucía y Joaquín (Lucía ha hablado en el capítulo de relaciones mono poli). A todas les pregunté por el tema.

Piluca:

«Yo nunca me senté a contárselo a mis hijos. Ellos estaban estudiando en Estados Unidos cuando yo me fui a vivir con Juan y Rosa. Venían en verano o Navidad y pasaban tiempo con su padre y tiempo con nosotros tres. Creo que nunca pensaron siquiera que viviéramos en trío, simplemente que su madre, tras la experiencia traumática que habíamos vivido, no quería vivir sola. Te parecerá rarísimo, pero nunca hemos hablado del tema. Cuando regresaron de Estados Unidos se fueron a vivir con su padre. Como mis hijos pasan la mitad de las Navidades con su padre y la mitad conmigo, cuando me toca estar con ellos nos vamos los tres de viaje, y lo mismo en verano. Mis hijos viven cada uno en su casa, nos vemos muchísimo, pero no vienen a la nuestra, así que no tienen que compartir intimidad».

Rosa:

«Con mi hija pasaba lo mismo que con los de Rosa. No preguntaba nada. Yo sí que pensé que Juan y yo teníamos que hablar del tema con ella. Cuando acabó la carrera pensamos que, si volvía a vivir a casa, se lo diríamos, pero, como se quedó a vivir en Madrid, no hizo falta. Luego, un día, se lo dije yo. Me dijo que alguna vez se lo había imaginado. Luego me dijo que lo importante era nuestra felicidad. Y ya. Ningún tipo de drama. Quiere mucho a Piluca».

Jaime:

«Cuando conocí a Yolanda ella era cantante de una orquesta hispano-cubana y casi todos los fines de semana salía de Madrid a hacer bolos. Los fines de

semana el niño los pasaba con la abuela, la madre del padre del niño. El padre se lo dejaba siempre a ella. Cuando empezamos a vivir juntos, decidimos que lo mejor era mantener ese acuerdo, porque ese niño ya estaba muy apegado a esa abuela y tenía un vínculo y unas rutinas muy grandes. Yo hice un esfuerzo para llevarme bien con ella, aunque al principio la señora, que me veía como al sustituto de su hijo, no quisiera ni verme. No todos los fines de semana los pasa con su abuela, claro. Algunos sí, algunos no. En los fines de semana en los que se va con su abuela nosotros organizamos nuestras escapadas. El niño sabe que tenemos un grupo de amigos y no pregunta nada. Creo que ahora mismo no se pregunta sobre la naturaleza de nuestras relaciones.

En clase del niño hay muchos padres y madres divorciados, hay muchas familias reconstruidas, hay hijos de madre soltera acostumbrados a ver a los sucesivos novios de su madre. Lo que el niño ve es una pareja unida con muchos amigos. No le contamos nada más, ni falta que hace. Por supuesto, cuando sea mayor, sí que lo haremos. Yo no me imagino a una familia monógama explicándoles a sus hijos lo que hacen en la cama o que el padre se ha ido alguna vez de putas, o que no follan hace años. Esas cosas no hace falta contárselas a los niños. Por la misma razón, yo no tengo que contarle al niño nada, pero cuando sea mayor lo haré, porque no me avergüenzo de lo que hago ni creo que se lo tenga que ocultar».

Lucía:

«Cuando nos fuimos a vivir juntos, fue Joaquín el que insistió en que la niña necesitaba a su madre. Me dijo que dejara el trabajo, que me pusiera a estudiar, y que, hasta que yo acabara la carrera, él se haría cargo de la niña y de mí. Joaquín quiso adoptar legalmente a la niña pero el padre biológico lo impidió. Yo al principio no quería porque pensaba que con mis padres viviría una vida más normal, yo tenía muchos prejuicios. Pero la verdad es que mi hija lleva una vida maravillosa. Joaquín es el mejor padre que se pueda imaginar. Se lleva muy bien con ella, está muy pendiente.

Los novios de Joaquín viven fuera de casa. Cuando Joaquín ha tenido una relación más larga con un chico, Unai, se lo hemos presentado tranquilamente a la niña como un amigo de Joaquín, y punto. Creo que la historia con Unai duró..., no sé, dos años. Y a veces Unai se ha quedado a dormir en casa y la niña se ha despertado y ha desayunado con él y le hemos dicho que Unai se quedó dormido en el sofá viendo la tele, y ya está. Esos dos años Unai estuvo mucho tiempo con nosotros, compartió mucha vida, nos acompañaba al cine, al parque de atracciones, no lo recuerdo como nada raro. La niña lo tenía integrado como a un amigo de su padre. Porque ella a Joaquín le ha llamado siempre papá, desde el principio, porque ella ha querido, nadie se lo impuso.

Yo he tenido algunas historias también, pero nunca un novio serio, así que a la niña no le he presentado a nadie.

Ni mis padres saben nada de nuestro acuerdo ni la niña lo supo durante

mucho tiempo. Pero cuando llegó la adolescencia empezó a hacer preguntas. Así que decidí contarle la verdad. No fue traumático para ella, no le sentó mal, entiende la situación. Ahora mi hija tiene quince años. Su novio sabe nuestra historia y le parece muy guay. No es que mi hija se lo cuente a todo el mundo, pero tampoco oculta la verdad, yo creo que ha sido muy feliz viviendo con Joaquín y que yo he tenido mucha suerte de encontrarle. La vida de mi hija no ha sido muy diferente de la de otros niños. Vive con sus padres, y sus padres salen por la noche y tienen amigos, ya está. Ella vive con nosotros y también tiene sus amigos y su novio. Yo creo que los hijos de una pareja abierta no se diferencian en nada de los hijos de otras parejas. Probablemente las otras parejas llevan una vida muy parecida, solo que mienten respecto a su vida sexual. Y además mi hija vive con dos personas que se quieren, se apoyan mutuamente, que casi nunca discuten, que siempre están de buen humor. No sabemos cuántos hijos de familias monógamas tienen la suerte de vivir en el clima de felicidad que vive mi hija».

Roja:

«Vivo con mi marido, mis tres hijas, un pájaro y una perra. Mi marido tiene otros amores, yo también. De momento, no hemos contado nada a nuestras hijas. Les presentamos, a los amigos y amigas de papá y mamá. Como de momento no hemos tenido que integrar a nadie en la familia, no nos ha parecido necesario explicar nada. Si algún día eso sucediera, lo haríamos. En un futuro por supuesto saldremos del armario con nuestras hijas, pero no ahora. No creo que sea la edad de hablar de sexo con ellas. Pero, por supuesto, no quiero esconder nada a mis hijas porque no me avergüenzo de quién soy y porque como pareja ya hemos salido del armario con nuestros amigos y hermanos. Es cierto que ninguno se lo hemos contado a nuestros padres, por razones varias. Pero jamás se lo escondería a mis propias hijas. Mis hijas viven muy felices en una casa feliz. El tipo de vida que llevamos no les condiciona en absoluto».

Gestionar los celos

Todas las relaciones implican un componente inevitable de celos, competencias e inseguridades que van a aparecer alguna vez. Repito: todas las relaciones. Entre hermanos, familiares, compañeros de trabajo, amigos y amantes. Las relaciones de pareja monógamas no se libran de los celos. Las poliamorosas tampoco.

La mayoría de los poliamorosos no solteros (que viven en pareja, trío o círculo) redactan contratos y establecen acuerdos para

establecer límites y solucionar conflictos.

Las personas en relaciones convencionales a menudo acuerdan no buscar otras relaciones en ninguna circunstancia, ya que pondrían en peligro la relación primaria, ya fuera diluyéndola o sustituyéndola. Pero de esa manera no evitan los celos en absoluto. Todo lo contrario.

Pongamos un ejemplo. Estás implicado en una relación monógama. Tu pareja se va de marcha una noche con sus amigos y tú te quedas en casa porque hace frío. Tu pareja llega a las siete de la mañana, oliendo a alcohol, y tú te das cuenta de que llega con la ropa interior del revés. Te sorprende, porque tu pareja es muy organizada, no es el tipo de persona que se ponga las bragas o los calzoncillos del revés. Esto te crea un conflicto enorme. Dudas, desconfianza, angustia, inseguridad. Quizá una discusión. Quizá le quites el móvil para revisar los mensajes a sus espaldas. En cualquier caso, lo pasas mal. Haya pasado algo o no, vas a sentir celos.

Pongamos otro ejemplo. Estás implicado en pareja abierta. Tu pareja se va de marcha una noche con sus amigos y tú te quedas en casa porque hace frío. Tu pareja llega a las siete de la mañana, oliendo a alcohol, y tú te das cuenta de que llega con la ropa interior del revés. Te sorprende, porque tu pareja es muy organizada, no es el tipo de persona que se ponga las bragas o los calzoncillos del revés. Le preguntas. Tu pareja te cuenta que acabaron en El Sol, que en la pista había una chica guapísima, que se acercaron, que se besaron, que acabaron teniendo un polvo rápido en el baño. Tú le preguntas si usaron preservativo. Te confirma que sí. Te dice que te presenta a la chica cuando quieras, que podéis quedar los tres. Puede que sientas celos, pero el componente de angustia, desconfianza e inseguridad se elimina. Y, si tu pareja te dice que salió con la ropa interior ya del revés, le creerás. No hará falta revisar el móvil.

Haya pasado algo o no haya pasado, puede que sientas celos. Pero el componente de angustia y dudas se elimina.

¿He vivido esa situación? Sí. ¿Sentí celos? No. ¿Soy capaz de sentir celos? Sí. ¿Los he sentido alguna vez? Por supuesto, pero no en esos casos. Porque sabía que lo que hubiera pasado no afectaba a mi relación. Casualmente he sentido celos, dudas, angustia e

inseguridad en relaciones de pareja monógama, cuando sospechaba que me estaba mintiendo y que ese hombre tan celoso que me había impuesto un acuerdo de pareja monógama con el que yo no estaba del todo de acuerdo y que acepté por amor no cumplía el acuerdo. ¿Por qué él había impuesto un acuerdo que no podía cumplir? Porque si él aceptaba una pareja abierta, él sabía que yo iba a estar con otras personas. Y él no quería que yo estuviese con otras personas, pero tampoco pudo renunciar él a estar con otras personas. Lioso, ¿verdad? Llámalo incoherencia, egoísmo o machismo.

La conclusión es: la pareja monógama no te libra de sentir celos. Y es posible que experimentes menos celos en relaciones poliamorosas.

Las restricciones tienden a reemplazar la confianza por prohibiciones posesivas, y ponen las relaciones en un marco de propiedad y control («tú eres mío»). Esto refleja suposiciones culturales donde las restricciones parecen necesarias para neutralizar las tentaciones de la pareja, o donde la otra relación cercana pudiera ser una seria amenaza para el vínculo. De forma que la imposición de la fidelidad sexual acaba degenerando en otras imposiciones: si vas a una fiesta, no puedes charlar demasiado rato y a solas con otra persona que no sea tu pareja. Se supone que no puedes hacer una escapada de fin de semana con otra persona que no sea tu pareja. Si tienes un amigo o amiga íntimo/a, de toda la vida, tu pareja tiene derecho a vetar cosas como que duermas en su casa o que le llames a diario, como hacías antes, porque «ese tipo de comportamientos son de pareja». Ya no te puedes poner determinada ropa, ya no puedes flirtear en público... Es decir, la restricción de la fidelidad sexual sirve como excusa para imponer restricciones en muchos campos. Va más allá de esperar que seas fiel sexualmente, e impone el control en otros campos.

El amor de una persona que no sea la pareja primaria puede ser un enriquecimiento en la vida de su pareja, más que una amenaza para su vínculo. El viejo dicho «Si amas algo, déjalo libre; si regresa es tuyo, si no, nunca lo fue» describe una visión similar.

¿Qué son los celos? ¿Son algo natural e innato en los seres humanos? ¿Cuándo sentir celos se convierte en una patología? ¿Por qué sentimos celos? ¿Se pueden evitar o superar? ¿Son buenos los

celos en una relación de pareja?...

En el diccionario de María Moliner existe la voz, el adjetivo celoso/a y el sustantivo: celo, «el afán con que una persona se ocupa en mantener algo que le pertenece». De la descripción de la María Moliner ya podemos intuir que los celos —o mejor dicho, el celo— tienen que ver con la propiedad privada, con el sentido de posesión. El mismo vínculo que una persona puede tener con su ganado, sus tierras, su dinero o su territorio.

Para diferenciar celos y envidia se puede concluir que los celos son o representan el temor a perder algo que se posee, mientras que la envidia es el deseo de poseer algo de lo que se carece. Celos y envidia, sin embargo, comparten un territorio, un terreno común: es una actitud hipervigilante, temerosa, hostil o hipercrítica. Muchos psicólogos y psiquiatras suponen que ambos sentimientos no son innatos: celos y envidia son posibilidades de carácter que proceden de un territorio común, la inseguridad. Es curioso que tanto en inglés como en francés como en italiano celos y envidia se expresen con la misma palabra: *jealousy, jalousie, gelosia.* Porque los celos en el fondo no son más que envidia: envidia de que el otro posea algo que nosotros no poseemos. Y también envidia de las cualidades del otro, que nos lleva a imponerle un control.

Ni la dependencia ni los celos suponen una consecuencia y mucho menos una demostración del amor. El ser humano solo tiene tres razones inevitables para establecer relaciones de extrema dependencia: mientras es un bebé desvalido o un anciano, y si es un gran minusválido. Nada que ver con la dependencia que acaece en el amor sexual adulto, que no es más que la «reedición» de aquella primera dependencia que el bebé tenía respecto a su madre. Las personas cuyas relaciones con su madre o con su padre no han sido sanas y no se han cerrado de forma adulta son proclives a reeditar esa dependencia con mucha más intensidad.

De esta manera, los celos se convierten en un fenómeno regresivo que nos hace revivir el miedo, la inseguridad y la desprotección que sentimos de niños, y que volvemos a sentir cuando anticipamos la pérdida o el alejamiento de la persona que nos hace falta. Los celos patológicos surgen cuando la persona no es capaz de superar ese miedo, y entonces los celos se convierten en algo continuo, cotidiano y que no deja que ninguna relación muy

estrecha (sea de pareja, profesional, de hermanos, hijos...) funcione en un equilibrio básico de confianza y crecimiento mutuo. Los celos patológicos llevan a neurotizar la relación, convirtiéndola en un peligroso juego de sospechas, miedos, reproches, exigencias, chantajes y, en los casos más extremos, violencia y agresiones.

No puedo afirmar con rotundidad que los celos no partan de un sentimiento innato relacionado con los instintos básicos de pertenencia, exclusividad y posesión. Pero creo que son aprendidos a través de la observación de modelos. Puede que respondan a una mezcla de factores: los celos tienen su parte aprendida, y también, en parte, puede que respondan a algo muy instintivo que está fuera del control consciente y racional.

Muchas personas que sufren de celos comentan que es algo incontrolable, que no pueden evitarlo. Para ellos y ellas afrontar y superar los celos es uno de los aspectos más difíciles de trabajar. Las personas celosas saben lo frustrante que resulta luchar contra algo tan arraigado en nuestro inconsciente y que parece venir directamente desde nuestro cerebro más primario: el cerebro emocional, instintivo y de supervivencia.

Pero... ¿cómo hacer frente a algo tan irracional y fuera de nuestro control? Pues la respuesta es sencilla: mediante el uso de la razón y el sentido común. Reconociendo los pensamientos irracionales y descontrolados y sustituirlos por argumentos más realistas, coherentes y racionales.

Los celos se activan siempre en relaciones intensas donde la otra persona es significativa y mantenemos con ella un vínculo fuerte. Y no me refiero solo a relaciones sexuales. Hay historias de celos carniceros entre hermanos, entre actrices que comparten escenarios, entre directivos de empresas (pero en ese marco parece que es más políticamente correcto sustituir la palabra «celos» por «competencia»), entre amigas y entre amigos. Incluso entre padres e hijos.

Los primeros celos suelen surgir cuando llega un nuevo hermanito y hay que empezar a compartir el cariño y la protección de los padres. Luego pueden llegar en la preadolescencia cuando nuestro mejor amigo o amiga comparte nuestra amistad con terceras personas. Posteriormente, si no hemos sido capaces de gestionar estas situaciones y resolverlas adecuadamente, es cuando

llegan los celos dentro de la relación de pareja. Si esto sucede es porque algo no hemos terminado de comprender y gestionar durante nuestra infancia y adolescencia: algo tan simple como que no podemos poseer a nadie en régimen de exclusividad.

Se supone que una de las funciones de los celos es precisamente el asegurar una cierta exclusividad en la relación de pareja. Pero esto es absurdo porque en general los celos destruyen a una pareja y es precisamente a través de los celos como muchas personas llegan a agredir e incluso a asesinar a sus parejas, que son por otra parte el bien a preservar. Una contradicción.

Indague usted en la biografía de un celoso y encontrará numerosas conductas de acoso, agresiones y humillaciones en la manera de relacionarse con sus parejas. El celoso o celosa llega a torturar psicológicamente a sus parejas, restringiendo siempre su libertad, e incluso en los casos más leves o neuróticos les contagia a sus parejas su propio tormento interior. Ni el celoso es feliz ni su pareja lo es. Y sé de qué hablo. Los viví, los celos, como celada, y sí, al final la situación degeneró en violencia.

En tres casos en mi vida he tenido relaciones que han degenerado en violencia. Y el patrón fue el mismo, ya narrado en *Cómo salí de una relación tóxica*. En los tres casos, se trataba de hombres muy celosos. Pero atención, celosos y controladores en todos los ámbitos. Los tres tienen hijos a día de hoy. Son muy controladores y posesivos con sus hijos también. Y con sus nuevas parejas. Y en su ámbito laboral.

El control, en la pareja monógama, se disfraza de «amor». En el trabajo, de «dedicación». Con los hijos, de «sobreprotección». Pero ponerle un GPS en el móvil a tu hija, cuando no te ha dado nunca pruebas de que lo necesite, no es amor, es control. Ponérselo a tu pareja no es amor, es control. Controlar obsesivamente la vida de tus subordinados no es amor, es control. Y establecer relaciones salvajes de competencia con otros directivos o colegas no es dedicación al trabajo, son celos.

Superar los celos no es fácil pero tampoco es imposible. Requiere tomar consciencia de que los celos no son sanos y no nos dejan crecer como personas. Son signo de inmadurez psicológica y de un ego poco integrado. Las personas celosas también tienden a la dependencia patológica y a ser extremadamente exigentes en su

afán de mantener bajo control a la persona celada, sea esta su pareja sexual, su hijo, su hija, su compañera de trabajo o de escena, su mejor amigo o amiga. Finalmente, la situación se acaba convirtiendo en una cárcel sin barrotes tanto para el celoso como para el celado.

Por ello, la persona que quiera superar los celos debe estar dispuesta a cuestionarse a sí misma y a emprender un camino de autorreflexión y desarrollo personal.

Como muy bien expresó Montaigne: «Los celos son, de todas las enfermedades del espíritu, aquella a la cual más cosas sirven de alimento y ninguna de remedio». Es decir, hay que tener cuidado porque alimentar los celos es muy fácil. Los celos, como los cerdos, se alimentan de cualquier cosa. Y tienen el metabolismo muy bajo: engordan enseguida. De hecho se alimentan solos, si no les das de comer, ya se buscan ellos la vida. Ponerles remedio es, muchas veces, tarea difícil. Tan difícil que no los podremos afrontar sin el apoyo y la ayuda externa que nos permita tomar perspectiva sobre lo que nos está pasando.

Según uno de los libros de referencia sobre la cuestión de los amores no monógamos, *The Ethical Slut,* «escuchar a tu amante cuando siente celos puede ser difícil. A veces nos resulta más fácil enfadarnos y echar a nuestra pareja de nuestro lado que mantenerse cerca cuando está sufriendo, para empatizar, para apoyar, para cuidar. Cuando culpamos a nuestra pareja por sentir celos, estamos intentando justificar nuestro intenso deseo de no tener que escuchar cuánto duele cuando vamos camino de la puerta para ir a jugar con otra persona. Es una manera horrible de evitar tener que enfrentarte con tus sentimientos de culpa. Si esto te suena familiar, si has experimentado momentos como este en tu vida, te recomendamos que practiques la habilidad de quedarte en silencio con el dolor de tu amante y el tuyo. Recuerda, tú no tienes que solucionar nada, todo lo que tienes que hacer es escuchar, a ti o a la otra persona, y entender que duele. Punto».

La mejor manera de desactivar los celos es enfrentarse a ellos de cara y aceptarlos. Poder explicar a las personas con las que te relacionas cómo te sientes respecto a tu entorno afectivo y sexual sin miedo a juicios ni reproches, poder compartir dudas, angustias y temores y poder recibir respuestas que te calmen los

demonios hasta que los demonios desaparezcan por sí mismos.

Pero si eso no funciona, entonces hay que acudir a un terapeuta porque el tema remite a carencias afectivas infantiles. Por esta razón yo no recomiendo a un celoso entrar en el mundo de las relaciones abiertas o poliamorosas. No se entra en el mundo poli solo porque esté de moda o porque se haya enamorado uno de un poli. Mucho menos porque una pareja de toda la vida te haya chantajeado con dejarte si no le sigues el juego, o te presione diciéndote que eres poco moderno. Y por supuesto jamás lo hagas porque crees que es una postura política, y que si cambias tu vida sexual vas a cambiar el orden capitalista y heteropatriarcal.

A mí me sorprendió mucho ver que un grupo de poliamorosos promocionaba entre sus actividades un «Taller para gestionar los celos». Porque, en mi opinión, si eres una persona celosa no puedes ser poliamoroso. Punto. Es como cuando mi amiga Araceli Segarra me invitó a dar un «paseíto» con ella por las montañas. Araceli es una escaladora entrenada. Yo no. Lo que ella considera un paseíto de nada para mí es una tortura. Ni el senderismo de alto nivel ni el poliamor son para cualquiera.

No se pueden construir relaciones fuertes bordeando o evadiendo los problemas como la inseguridad y los celos, que es exactamente lo que las «reglas» intentan hacer. Si quieres vivir en poliamor tienes que enfrentar directamente estos problemas. Enfrentarlos, encontrar habilidades efectivas para manejar las causas subyacentes y desarraigarlos desde su origen. Deshacerte de tus problemas de celos ANTES de entrar en relaciones poliamorosas, y no confiar en que el poliamor te ayudará a gestionar tus problemas de celos.

Si realmente para ti es impensable imaginar a una persona a la que quieres teniendo sexo con otra persona, entonces ni lo intentes. Hay muchas parejas monógamas felices, y seguro que hay una persona monógama adecuada para ti.

Pero te sorprendería saber que ese sentimiento no es universal. Porque nadie es posesión de nadie. Y mucha gente, lo creas o no, ya ha tomado conciencia de ello.

Valores dentro del poliamor

Lealtad, honestidad y respeto

La honestidad con sus amores respecto a sus relaciones, cumpliendo los compromisos establecidos con cada uno de ellos.

Es la capacidad de no engañar, no traicionar a los demás. Es el cumplimiento de la palabra dada, y la lucha por negarse a pensar únicamente en beneficio propio. Por ejemplo, antes de tener sexo con una persona es fundamental informar a esa persona de que se vive en pareja o que uno se considera poliamoroso. No vale simplemente no decirlo. Tampoco se puede traicionar a la pareja primaria, al círculo o a quien se considere relación de referencia al ocultarle relaciones sexuales, aunque hayan sido de una noche.

Es importante también no utilizar a las personas como objetos sexuales. La persona que tiene sexo con otra debe tratarla con el máximo respeto y atendiendo a sus necesidades tanto sexuales como emocionales.

Los poliamorosos resaltan la importancia del respeto y la comunicación con todos sus amores. Ocultar información —incluso en un acuerdo del tipo «no cuentes mientras no te pregunten»— no se acepta.

Comunicación y negociación

No existe un modelo estándar de relación poliamorosa. Los participantes de cada relación establecen libremente cómo debe funcionar su relación. Lo importante es que se defina claramente entre todos los miembros implicados porque si no se definen las reglas de la relación los integrantes pueden sentirse traicionados y dañados.

En relaciones convencionales, los participantes pueden establecer un conjunto de expectativas comunes sin tener que negociarlas conscientemente, simplemente siguen estándares sociales. Ya que las relaciones poliamorosas no se basan en estándares sociales como punto de partida, dentro de la relación se tiene que acordar mucho más por medio de la comunicación, el

mutuo respeto y la comprensión.

Por esta razón, muchos poliamorosos se esfuerzan explícitamente en decidir con todos los involucrados las reglas básicas de la relación. Es muy común redactar y firmar contratos. A veces sin valor legal (no se dormirá en casa de terceros, etcétera), y a veces con él (contratos que definen la herencia de los integrantes del trío o la custodia de los niños o el reparto de bienes en caso de separación o fallecimiento de alguno de los integrantes, o de disolución del trío).

Compersión

La compersión es un estado budista que se refiere a un estado emocional de felicidad empática experimentado al ver a otro individuo experimentar felicidad y alegría. Por ejemplo, un padre que siente felicidad al ver los logros de sus hijos o bien cuando estos se casan.

Las sociedades que practican el poliamor definen la compersión como un término comúnmente usado para describir el sentimiento positivo que experimenta un poliamoroso al ver a su pareja disfrutando de otra relación. Es el opuesto de los celos.

Puedes sentir compersión por tus criaturas, por tus amistades, por tu familia, por tus colegas de trabajo..., por cualquiera, la verdad. Cada vez que sientes felicidad realmente y apoyas a alguien que está siendo feliz y teniendo éxito, incluso cuando no te beneficias en absoluto de esa felicidad o te resta beneficios, estás mostrándole compersión.

Voy a poner un ejemplo fácil de entender. Mi hija tiene doce años y hasta hace poco tenía un amigo especial. La relación era claramente romántica y ambos se gustaban. Mi hija estaba encantada con la historia y cada día venía a darme noticias. Hoy me estaba esperando a la salida de la clase de guitarra. Hoy hemos quedado para pasear a los perros. Hoy me ha dicho que... Sin embargo, mi hija no se ha atrevido a contárselo a su padre. Le conoce de sobra como para saber que su padre lo desaprobará. Su padre apenas la ve y no conoce siquiera el nombre de sus profesores o de sus asignaturas, pero aun así alguna vez le ha dicho que es

demasiado joven para tener novio. Lo que yo siento por mi hija es compersión: soy feliz si ella es feliz. Lo que siente su padre son celos.

Los celos de los padres hacia sus hijas son muy comunes y se han citado en tantas películas, libros y series de televisión que se ven como normales y legítimos en nuestra sociedad, de forma que el entorno de su padre legitima y aprueba esta sobrepreocupación (aunque yo no comparta esta idea). He escogido este ejemplo para que se vea claro que los celos y la compersión no son exclusivos de las relaciones de pareja, que pueden aparecer en cualquier ámbito.

Cuando una persona acepta que la persona a la que ama puede amar a otras personas y se siente feliz cuando esa persona es feliz, experimenta compersión. Por eso los miembros de las relaciones no monógamas exitosas no solo «no tienen problema» con la estructura de la relación. No la «toleran». Les encanta.

Lo curioso es que hablando con personas poliamorosas más de una vez me han contado que cuando su pareja se enamora el grado de empatía que ellos experimentan es tan grande, que sienten cómo se enamoran también.

Lucía:

«Recuerdo perfectamente cuando Joaquín conoció a Unai. Estábamos los dos en un bar y entró un chico increíble y Joaquín se le quedó mirando, sin poderlo evitar, como un niño frente al escaparate de una pastelería. El chico respondió a las miradas, y luego me miró a mí. Yo sabía que se estaba preguntando si yo era la novia o la amiga mariliendre, así que antes de irnos escribí en una servilleta "A mi novio le gustas" y el número de teléfono de Joaquín. Podía haber evitado lo de novio y haber escrito solo el número, pero era más honesto dejar las cosas claras desde el principio. Cuando a los dos días Unai llamó, me sentía tan nerviosa como el propio Joaquín. Le ayudé a elegir la ropa que se pondría y me quedé despierta para que cuando llegara me lo contara todo. Era como si le ayudases a tu mejor amiga, o a tu hermana pequeña. Eso no quiere decir que yo no ame a Joaquín, lo amo con toda mi alma, y le deseo mucho, pero he superado una barrera, y cuando la superas no vuelves atrás».

Swingers. Parejas que intercambian parejas

Práctica casi exclusivamente referida a parejas heterosexuales.

Swingers son aquellas parejas heterosexuales que realizan intercambios sexuales. La «comunidad swinger» está tan consolidada en el mundo que cuenta con su propia bandera. Los intercambios se realizan en casas o en clubs, también llamados «locales liberales». La exclusividad y la discreción son las principales características de estos clubs, desde locales modestos con noches gratuitas para atraer más público hasta lugares de lujo.

Las normas pueden variar según el lugar pero en casi todos los locales se sigue un patrón similar: hay una primera toma de contacto entre copas y risas. De ahí puede pasarse a un jacuzzi (sobre todo si lo que se quiere es practicar sexo en grupo) o a un lugar más recóndito (si es un intercambio más «light»).

En determinados sectores se hacen «clubs swingers» y los miembros del club alquilan casas para organizar fiestas. En algunos casos se alquilan auténticas mansiones y la entrada al club está restringida mediante pago de una cantidad elevada. Se entiende que todos los integrantes del club van a mantener discreción sobre lo que sucede en los encuentros. Lo que pasa en el club se queda en el club.

En principio, los swingers no son poliamorosos, puesto que si bien, hasta donde sabemos, el intercambio de pareja no involucra engaño o mentiras lo cierto es que, a diferencia del poliamor, no implica compromiso de cuidado con sus relaciones externas. Sin embargo, al hablar con algunos activistas de esta corriente hemos sabido que muchos de los intercambiadores de pareja llegan a involucrarse estrechamente con sus múltiples amantes, y a ser amigos y amantes regulares. Por esta razón, he decidido incluir a swingers en el libro, incluso sabiendo que probablemente no se pueden considerar como poliamorosos.

Y sobre todo porque es una corriente tan extendida que no se podía escribir un libro así sin hablar de ella.

Judith, cuarenta y cinco años. Había sido la primera mujer de uno de mis antiguos colegas de trabajo. Cuando supo que estaba escribiendo un libro sobre poliamor, me contactó vía Facebook:

«Mi historia es la de muchas mujeres de mi edad. Conozco a mi novio en un bar, yendo con un grupo de amigas, en plan empiezo a salir con él, nunca hasta entonces había tenido una relación en serio, era virgen. Iniciamos un noviazgo, nos vamos a vivir juntos, nos casamos, tenemos dos hijos, llega la

crisis de los cuarenta, tenemos peleas constantes, no nos aguantamos, nos divorciamos. Y me encuentro con cuarenta y dos años gorda, vieja, no sé, completamente perdida y desorientada.

Así que me apunto a un gimnasio y empiezo una dieta muy seria y de repente me encuentro más guapa que nunca. Creo que ni siquiera a los veinte años he estado tan guapa. Y quiero recuperar el tiempo perdido, claro.

Entonces conozco a Tomás, que está en mi misma situación. Se había casado con la novia de toda la vida, había tenido dos hijos, y la novia de toda la vida un día le dice que le deja por otro. Estaba tan perdido y confuso como yo, y nos enamoramos. Y nos fuimos a vivir juntos. Pero los dos teníamos esa espinita clavada, no sé. Sentíamos que nos habíamos perdido algo, que queríamos experimentar más, que no queríamos pasar de una relación a otra así, de pronto, en plan salgo de la sartén y caigo al fuego. Yo me había acostado primero con mi marido y luego con Tomás. Tomás había tenido algo más de variedad sexual, pero tampoco mucha.

Él sabía que yo sentía mucha curiosidad, y que me apetecía saber qué sentiría yo en un lugar así, de manera que me lo propuso en plan broma pero yo recogí el guante y para allí que nos fuimos.

La preparación fue curiosa. Elegí el vestido con mucho cuidado. Y en cuanto a ropa interior me gasté una fortuna, te lo juro. En plan muy muy muy provocativa. Elegimos uno ni muy caro ni muy barato. Sesenta euros la pareja, con cuatro tickets para consumiciones, con acceso a todas las instalaciones del local. El local tenía una decoración muy al estilo de un cabaret antiguo. Bastante hortera. Me recordaba, no sé, a *El fantasma de la Ópera*. Todo lleno de máscaras, cortinajes de terciopelo rojo con borlas doradas, espejos por todos lados. Muy *démodé,* la verdad.

En la zona de la barra había parejas que estaban riendo, tomando copas, disfrutando de la música, en plan relajado, como en cualquier pub o discoteca. La sensación que me dio es que estaba en un pub una noche de sábado cualquiera, pero enseguida te dabas cuenta de que las miradas eran diferentes, en plan miradas que te estudiaban de arriba abajo, no sé, se quedaban mirando fijamente. Al principio yo no quería mirar a nadie, tenía miedo de hacer algo, algún gesto equivocado, y que alguien me malentendiera.

De repente, me doy cuenta de que todo el mundo me mira. Yo era una de las pocas, por no decir la única, que estaba en ropa interior y tacones, en plan fina, la gran mayoría iban desnudas pero tapadas con una toalla. Me subió mucho la moral. Yo no me siento muy a gusto con mi cuerpo. Tengo estrías de embarazo, celulitis, el pecho caído... Vamos, el cuerpo de una mujer que ha parido. Y sentirme tan deseada me creó una sensación de euforia.

La primera vez no hicimos nada. Miramos, sobre todo. Pero después sí. Yo descubrí que realmente me gustaba. Me gusta que me miren. Y me gusta la sensación de complicidad de ir allí con mi pareja, la sensación de seguridad de saber que si no me siento bien lo digo y nos vamos. Además, yo siempre había tenido fantasías de tener sexo con otra mujer y allí podía cumplirlas,

pero en un entorno, no sé, seguro, sin complicaciones ni líos. Viviéndolo pero sin ataduras sentimentales, sin tener que dar explicaciones y sin que nadie lo supiera. O sea, que lo que me gusta es la sensación de sentirme admirada por un lado y la sensación de libertad por otro, en plan, si me quiero ir o me siento mal se lo digo a Tomás, y si me quiero quedar me quedo.

No es un ambiente en el que el morbo esté fuera de control y las cosas ocurran de manera sucia y sórdida. Sí puede llegar a pasar, supongo, pero a nosotros no nos ha tocado. Y hemos hecho grandes amigos dentro del mundillo swinger. Hay gente muy divertida, responsable, educada. Los encuentros son siempre agradables, hay muchas risas, grandes conversaciones y, claro está, sexo. Lo menciono porque al final se ha convertido en adicción conocer gente que resulta agradable en extremo y nos saca, eso sí, de la rutina del trabajo y los niños.

No vamos todos los fines de semana, claro que no. Los dos tenemos hijos, solo tenemos libres dos fines de semana al mes y también necesitamos fines de semana para nosotros solos, en plan pareja. Quizá vayamos, no sé, una vez al mes como mucho. Ni eso. Pero nos ha venido muy bien a los dos, nos ha desinhibido mucho. A mí sobre todo me ha servido para quitarme los complejos que tenía respecto a mi cuerpo. He aprendido que puedes ser deseable, e incluso muy deseable, con estrías, con el pecho caído, con celulitis, con cuarenta y cinco años. Y sentirme deseada me hace tener más autoestima y me une más a mi pareja.

¿Que si siento celos cuando veo a Tomás con otra mujer? No, ninguno. Me da morbo. Me excita. No me crea ningún problema, ni a él verme con otro hombre. Los dos sabemos que lo que se hace en el club se queda en el club. Nuestra vida de pareja es otra».

Sandra, veintiocho años. Conocí a su novio en un concierto, él era el cantante del grupo. Cuando supo que estaba escribiendo el libro me preguntó si me interesaba su experiencia. Le dije que sí, pero acabé al final hablando con su novia. Ella es más habladora y más abierta, y fue la que en última instancia se dejó entrevistar y grabar:

«Javier y yo llevamos ocho años juntos y después de ocho años, lógicamente, el deseo se pierde. Fue Javier el que me propuso ir a un club de swingers y yo acepté porque pensé que mejor ir juntos y poder ver lo que él hacía antes de que me acabara poniendo los cuernos con cualquier otra a mis espaldas, porque era evidente que nos habíamos estancado en una rutina sexual y que él estaba aburrido. Así que sí, te lo reconozco, lo hice por él, no porque a mí me apeteciera.

En el primer club que fuimos éramos, con mucho, los más jóvenes. Yo enseguida me di cuenta de una cosa. Había mujeres muy guapas y muy

operadas con hombres muy poco atractivos. La cuestión es que los hombres no pueden entrar solos, las mujeres sí. En la mayoría de establecimientos solo está permitida la entrada a parejas o chicas solas, así que empecé a sospechar que algunos hombres habían pagado a una prostituta para poder entrar porque ese tipo de cuerpo de pechos operados, depilación integral, rayos UVA... tan trabajado no me parece el de una chica normal. Eso ya, de primeras, no me gustó.

Tampoco el olor. Había un olor muy raro. En casi todos los locales hay una parte que es un bar-discoteca. Las parejas van allá y entablan conversaciones y deciden si se adentran en otros espacios en los que tendrán que ir ya desnudos Y en esa parte más..., la del vale todo, digamos, había mucha gente sudando, y follando, así que habían puesto una especie de ambientador, y la mezcla de los olores no me gustaba. El olor me producía vértigo, como si el suelo se hundiera. La sala era pequeña y en su interior se apretaba un montón de gente. Y el sudor, cómo decirte..., rezumaba.

Luego había habitaciones privadas para parejas, y si querías invitar a otra persona, o a otra pareja, hacías una seña. Había muchos hombres solos esperando a ser invitados. Tengo la imagen de una fila de hombres esperando tras la verja a ver si pueden comer. De un hombre de pie, jadeante, mirando a ver si le dejan participar. Eso se me quedó grabado.

Yo creo que allí había personas de treinta a cincuenta años, clase media-alta, matrimonios que han perdido la chispa. Como nos pasaba a nosotros, gente que lo veía como una alternativa a la infidelidad. Nadie acude allí a enamorarse.

Fuimos varias veces. A mí cada vez me daba más asco.

Es curioso que cierta gente se crea eso de que somos muy modernos porque participamos de clubs de swingers, pero a la hora de aceptar las preferencias sexuales de los demás son unos auténticos cavernícolas, porque allí se veía mucha chica con otra chica, pero no veías hombres gays por ningún lado. No había tíos follando con tíos. Y también me daba la impresión de que allí había mucho machista que iba a prestar a su mujer, o a su puta, a cambio de disfrutar de la mujer del otro. Yo me sentía como una moneda de intercambio. Además, si ya vas a un club así no debes decidir tú con quién folla tu mujer, pero allí yo veía que las mujeres como que pedían permiso. En el caso de que uno de los miembros de la pareja se sienta como que tiene autoridad para restringir lo que hace el otro, incluso aun en el caso de que piense que lo hace como un gesto de protección, de caballerosidad o incluso de *amor*..., ¿es que el otro miembro no es libre, responsable, consecuente, lo suficientemente maduro como para poder decidir por sí mismo?

En el club de swingers lo que yo vi es mucho ego encerrado. El sentido de posesividad adopta solamente un disfraz, pero sigue ahí. La mujer que es tan mía, que la presto para el placer de otro, el macho que es tan mío que permite que lo vea teniendo sexo con otra y que lo presto cuándo y dónde yo decida. Además, el hecho de que tengas que pagar para entrar me da mal rollo. No me

parece que haya que hacer un negocio, mercantilizar el sexo. Me hace sentir una puta, de verdad.

Al final decidí que no me gustaba el club de swingers y que eso no tenía nada que ver con mojigatería, y sí más bien con que todas las experiencias en las que decido aventurarme tienen que ser un poco más, no sé cómo decirte..., humanas, limpias, naturales. Lo hablé con Javier y lo entendió.

Después, en verano, nos fuimos a un festival de música y estuvimos bailando en una *rave* hasta las tantas de la mañana. Íbamos muy borrachos, un poco fumados también. Había un grupo de chicos y chicas bailando cerca de nosotros, y empezaron a besarse todos entre sí. Nosotros nos unimos, nos hizo gracia. Acabamos todos en el césped, besándonos y acariciándonos, y al final nos fuimos a la habitación de hotel de uno, e hicimos de todo. En esa ocasión sí me sentí bien, porque el grupo era mixto, había gays, había heteros, había bis, había chicas solteras y chicos solteros. ¿Que cuántos éramos? No sé, en el césped muchos, a la habitación fuimos..., espera que cuente. No sé, a ratos cinco, a ratos más. Había gente que iba y venía. Yo me sentía bien porque nadie había pagado por eso ni nadie le había cobrado, porque no solo había sexo, había risas, había complicidad, charlas, conversaciones. Y todo era divertido, mientras que en el club sentía que todo era sórdido.

Después de aquello alguna vez hemos salido de marcha con gente de aquel grupo y hemos acabado en situaciones parecidas. A las tantas de la mañana, en un club, empiezas a besarte con gente, acabas en casa de alguien. La diferencia es que no sales a eso. Puede pasar o no, sales a bailar, a divertirte, abierto a posibilidades, y si pasa, bien y si no también.

No volvería a ir a un club de swingers en mi vida, y lo recuerdo con mucho asco».

Carmen (el bombón bisexual):

«Hace unos años, justo antes de Elena, tuve una especie de novio junto con el que coqueteé con el mundo de los clubs de intercambio. Yo entonces funcionaba estrictamente como hetero. Tenía mucha curiosidad por las mujeres, pero no había tenido muchas oportunidades de liarme con una. Por eso precisamente me atrajo el mundo del intercambio.

Yo recuerdo que la primera noche que fuimos a un club, y charlando con la primera pareja con la que hablé, la chica nos comentó que ella no había tenido ninguna experiencia hasta que le conoció a él y que, aunque era algo de lo que disfrutaba enormemente, no se veía haciéndolo por su cuenta en el caso de que se quedase soltera. Más tarde comprobamos que ese patrón se repetía en la mayoría de los swingers. Era mi patrón también: yo fui a los clubs con él, nunca lo habría hecho sola.

Tiempo después hablamos con otra pareja en la que la chica también había tenido experiencias similares con otros acompañantes, pero nunca por su cuenta. Su novio tenía la teoría de que se debía al temor a la supuesta

superioridad física del hombre: entendía que a una chica le provoca más miedo que a un chico irse a casa de un desconocido con el que no se ha interactuado en persona o llevárselo a la propia, porque, en el caso de encontrarse con alguna situación desagradable, el varón, en teoría, sería más fuerte que ella. Y que por eso se sentía más a gusto yendo a un club con un hombre en un entorno seguro. Su novia, sin embargo, me dijo después, cuando él no estaba, que ella se había ido a casa de tíos a los que había conocido en un bar y con los que apenas había intercambiado un par de palabras. O sea, que la cosa no iba de miedo, sino de que ella, simplemente, no habría nunca pensado ir a un club si él no se lo hubiera propuesto. Me llamó la atención que no se atreviera a contar delante de su novio que antes de conocerle había tenido sexo con desconocidos. No me pareció que hubiera mucha confianza en esa pareja.

En la temporada que pasé en ese *mundillo* yo hablaba mucho con las chicas y las parejas, y me di cuenta de que las chicas solas eran inexistentes; un animal mitológico. Por eso en el mundillo swinger a las chicas solas se las llama unicornio. Es curioso que si entras en páginas de contactos swingers ves mogollón de parejas que buscan una mujer para hacer un trío y mogollón de mujeres que escriben «tríos no», y ninguna mujer que dice «busco una pareja para trío».

Me pareció que todo era tremendamente machista. No había sexo gay. Había sexo entre mujeres, pero siempre con un hombre que miraba o que al final se unía. Yo soy bisexual, pero allí no había verdaderas bis, porque, siempre que intentaba entrarle a una tía, al final descubría que el chico tenía que jugar con nosotras o al menos mirar, era como si ellas les debieran algo. No me gustó nada.

Y es que para colmo las parejas heterosexuales que quieren chicas para tríos buscan a una chica únicamente para cumplir su fantasía ("su" es la fantasía de él, no la de la chica): buscan a una chica con un físico estupendo, exactamente bisexual (ni demasiado lesbiana, ni demasiado *butch*, ni demasiado heterosexual), que le guste lo mismo tener sexo con ella que con él, que no le dedique más atención a ningún miembro de la pareja, que no se enamore de nadie, que desaparezca cuando la pareja lo pida y reaparezca cuando la necesiten... Yo es que paso.

Lo más fuerte es que cuando dejé a este hombre él se lo tomó muy mal y un día, en una bronca, me amenazó con contar lo que habíamos hecho. Él sabía que en mi trabajo no iban a ver con buenos ojos eso. Entonces yo le dije: «si lo cuentas, quedarás tú igual de mal, la gente sabrá que has ido» y él respondió: «en un hombre no es lo mismo» y lo peor es que tenía razón. A mí me molesta mucho esta hipocresía de no poder contar lo que haces, de tener que vivir en el armario. Ninguna de las parejas que conocimos contaba nada fuera de ese entorno.

No me gusta el mundo swinger, no me veo en él, no me parece limpio, ni ético.

Después de dejar a Elena por supuesto he hecho tríos, cuartetos, y sesiones de sexo en grupo. Pero jamás en locales. Ha surgido en fiestas en casas de gente, con gente que he conocido en clubs, o en festivales, con amigas... Pero no volvería a ir a un club así.

Y no me gusta que no haya conquista, incertidumbre. Cuando yo voy a un bar o a una fiesta, incluso cuando flirteo con gente en redes sociales, tengo que trabajármelo, seducir, no sé de antemano si me va a decir que sí o que no, hay un elemento de conquista, de que me eligen por mi personalidad, por mi encanto, porque guapísima no soy. En esos clubs te eligen simplemente porque estás ahí, porque todo el mundo ha ido a lo que ha ido. Y me sentía un trozo de carne.

Los encuentro muy antiguos. Cuando he visto a gente joven allí y les he preguntado que si querían sexo en grupo por qué no iban simplemente a cualquier discoteca y probaban a seducir a gente, resultaba que se movían por espacios muy conservadores, en los que era imposible que un rollo entre dos, tres, cuatro, un grupo, surgiera de forma natural. Tenían una doble vida: sus amigos, su entorno, su familia, nadie sabía ni podía saber que ellos eran swingers. Entiendo que no se lo vayas a contar a tu familia, lo que no entiendo es que tus amigos no lo sepan. ¿Qué tipo de amigos tienes entonces?, ¿qué tipo de vida si tienes que esconder lo más íntimo de ti, lo más personal, que es tu sexualidad? No sé, encontraba todo muy apolillado y muy hipócrita. Yo tengo una naturaleza más libre.

Otra vez fui a una fiesta de swingers que se hacía en un local. Era un grupo de swingers que habían decidido que no querían ir a un club de swingers, y habían alquilado un local. Todos eran amigos o amigos de amigos, y el ambiente era mucho más respetuoso. En Madrid existe una comunidad swinger que se niega a ir a clubs, precisamente por lo que te he dicho de que cobran por entrar y que esa mercantilización del sexo suena un poco a prostitución. Me pareció que todo era más fácil. Allí por lo menos había hombres gays, pero yo era la única mujer sola, y la verdad es que me agobié mucho, todas las parejas me proponían tríos. Y ya te he dicho que a mí me gusta la conquista, la naturalidad, el sentir que yo seduzco a alguien, no que una pareja ha ido con la idea de hacer un trío, y como yo soy la única chica sola pues me entran a mí, sin importarles si soy simpática o graciosa o una perfecta imbécil. Entiendo que esa gente funciona más como poliamorosos pues se conocen todos entre sí y de alguna manera hacen un círculo grande. Me parece una opción mucho más interesante que la de irte a un club swinger. Aun así, no es lo mío».

Por supuesto la autora de este libro ha estado en clubs swingers, dos veces. No en España, porque el hecho de ser conocida haría imposible que la experiencia pudiera ser vivida y narrada desde la neutralidad, sino en Francia. Y en ambos casos, en clubs carísimos

de París. Coincido casi al cien por cien en lo que cuenta Carmen sobre los clubs españoles y añado una observación personal. En los clubs en los que yo estuve no permitían entrar a hombres solos, de forma que algunos contrataban a una profesional para que les acompañara. Esto se notaba mucho. Hombre mayor acompañado por mujer joven perfectamente depilada, bronceada y musculada, con un cuerpo en el que se intuían muchas horas de gimnasio y un piercing en el ombligo. Una sospechaba rápidamente, tanto por la diferencia entre ambos como por la escasa complicidad entre ellos (él ordenaba, ella obedecía), el tipo de relación que habían establecido: contractual. Un vistazo a las webs de clubs españoles me permite adivinar que aquí sucede lo mismo. En las webs de los clubs más caros se especifica claramente que se restringe la entrada a prostitutas. Después, un ex mío me contó que uno de sus amigos, casado, suele ir a estos clubs con una chica, siempre la misma, a la que paga por acompañarle, y con la que ya ha establecido una relación de amistad. Coincido, pues, con la impresión de Sandra.

Comparto con Carmen la impresión de que los clubs de swingers son para gente muy conservadora. En Madrid, si uno quiere acabar haciendo un trío, un cuarteto, o una sesión de sexo en grupo, basta con que tenga mucho morro, un físico no demasiado horrible y acabe bailando a las tantas de la mañana en según qué garitos. Pero, claro, el resultado no está garantizado. El club te garantiza un resultado pero te priva del espíritu de conquista, de seducción.

Lo cierto es que, si eres una pareja casada con poquísimo tiempo libre, el hecho de ir a un club liberal te da la seguridad de que no vas a perder tiempo a la búsqueda de algo que en un club de baile quizá no llegue. Y si eres una pareja joven y conservadora quizá ni siquiera sepas a qué clubs de baile debes ir.

En realidad, en Madrid, en Barcelona, en Vigo, en Valencia, en Bilbao, en Sevilla, podría hacer una lista de clubs en los que se va a bailar, pero en los que sería muy fácil que a partir de cierta hora te inviten a lo que se llama pajareo o sesión de grupo. Pero ese es tema para el siguiente apartado.

Pajareo, sesiones de sexo en grupo y chemsex

Una de las canciones favoritas de uno de mis grupos favoritos, «Fascinado», de Sidonie, dice así:

Me tienes tan fa-fa-fa-fa fascinado,
me tienes tan fa-fa-fa-fa fascinado.
Es la última canción.
Van a dar la luz.
Fin del hechizo.
Salgo afuera y bajo el sol
hay cadáveres exquisitos y sé
que todos quieren llegar al Edén.
Subo al coche de un tal Luis
que nos va a llevar a casa de Sara,
veo en el retrovisor
el palidecer de tu cara y sé
que realmente no te encuentras bien
y juras que esta es la última vez.

No puedo parar de hablar
y me siento tan
inmaculado.
Me arrastro hasta el salón
a buscar amor
plastificado y sé
que mañana ni me acordaré.
Voy al baño, estás ahí
trágico y lunar.
Me estás mirando.
Me acerco más a ti
y advierto que
estas llorando, ¿por qué?
si la noche nos ha ido bien,
si estamos vivos y aún somos jóvenes.
No me digas nada
porque escucharé
mis propias palabras
y el espejo tendré que romper.

Yo siempre he interpretado que esta canción va de una sesión de pajareo. *Es la* última *canción, dan la luz, se cierra el club, la gente está fuera, ya ha salido el sol, todos están demacrados y pálidos, cadáveres exquisitos, todos quieren llegar al paraíso, alguien te dice que la fiesta sigue en casa de una amiga, te subes al coche de un desconocido al que también han invitado, en el retrovisor ves que tu amigo lleva un subidón de alcohol y drogas, pero tú no puedes parar de hablar y te sientes inmaculado porque has tomado* éxtasis *o MDMA, te arrastras al salón a buscar el condón, sabes que mañana habrá blancos de memoria (típico del alcohol, las drogas y de las benzodiacepinas que tomarás más tarde para bajar todo lo que te has metido y conseguir dormir), cuando te acercas a* él *está llorando, del bajón que lleva, y tu amigo te va diciendo que debe dejar esa vida, tú sabes que también debes dejarla, pero no quieres, aún no quieres, tu amigo es tu espejo, te gustaría romperlo, darle de hostias.*

Esta misma situación la viví yo en los años noventa miles de veces. Está narrada en parte en mi novela *Amor, curiosidad, prozac y dudas*. Mi coqueteo con las drogas fue efímero y llegado un momento decidí que abandonaba la historia. Sin embargo, pincho aún en locales del mismo tipo, de vez en cuando, y las ofertas para este tipo de pajareo siguen existiendo.

El pajareo viene a ser la reunión *after* en la casa de una persona. Empieza cuando han cerrado los clubs de baile. En general hay música, alcohol, drogas y a veces sexo en grupo. A veces no. Nadie te garantiza al cien por cien que el sexo vaya a existir. Pero la probabilidad es alta. Es como una nevera llena. Si quieres, puedes picotear algo, pero puede que no tengas hambre. En cualquier caso sabes que allí va a haber chicos y chicas drogados y disponibles. Puede que surja un rollo, un trío, un cuarteto. Puede que surja una conversación sobre lo divino y lo humano. Nadie garantiza nada, y eso es lo mágico del tema: lo imprevisible.

Las sesiones de sexo son mucho más directas. Vienen a ser las orgías de toda la vida. Y se dan sobre todo (y casi con exclusividad) entre gays. La gente queda para tener sexo, pero en un ambiente amigable, entre gente que se conoce, sin pagar por ir. Las primeras sesiones de este tipo las conocí yo en el grupo de Los Pequeñitos, en los años noventa (hablo de ello en el apartado de los círculos), después todos mis amigos gays me han ido hablando de unas y

otras. Las sesiones ahora se hacen con gente que se va conociendo a través de Grindr.

Marc Jacobs y la salvaje orgía de diez personas y drogas que montó con Grindr

> La exclusiva la ha dado *Page Six,* el portal de corazón del *New York Post.* Marc Jacobs organizó una salvaje orgía durante el fin de semana del 24 de octubre. Los hechos ocurrieron en su apartamento de Nueva York y las diez personas que se reunieron allí fueron contactadas a través de la aplicación móvil Grindr.
>
> Según uno de los asistentes a esta fiesta sexual, en la bacanal no solo hubo sexo, sino también drogas. Aunque parece ser que Marc Jacobs no consumió ningún tipo de sustancia, en el apartamento había GHB, una droga psicotrópica sedante, y la llamada Tina, un tipo de metanfetamina. Además, el rango de edad de los invitados a la orgía rondaba la veintena. Una vez filtrada a la prensa la noticia, el diseñador ha anunciado vía Instagram que cierra su cuenta de Grindr.
>
> "Sip, soy gay. Algunas veces me gusta disfrutar del sexo. ¡A veces!". Este ha sido el mensaje que acompañaba a un montaje fotográfico muy revelador. Él tumbado en la cama desnudo con el logo de Grindr de fondo. En la imagen puede leerse: "¡Adiós (por ahora) Grindr! Fue divertido para quedadas en grupo, pero lo que realmente me excita es mi trabajo".
>
> Tras esta nueva polémica sexual, el diseñador ha querido aclarar en su cuenta de Instagram que no se trataba de una "salvaje orgía", sino de una "leve".
>
> CARMEN RAYA, *El Confidencial,* 27 de octubre de 2015

La verdad es que Marc Jacobs tiene toda la razón. En el ambiente gay una sesión de diez personas no se puede considerar de ninguna manera «una salvaje orgía». Por mucho que algunos de mis lectores no hayan escuchado jamás hablar de las sesiones, lo cierto es que se trata de algo muy normal, y raro es el hombre gay menor de cuarenta años que no haya estado en una. Lo curioso es que de Marc Jacobs se sabe perfectamente que es gay. Jamás ha estado en el armario. No tiene nada de escandaloso por tanto que haya hecho una sesión en su casa. Pero ya sabemos cómo es el mundo normativo: te aceptamos si eres gay siempre y cuando... vivas en pareja monógama.

Las sesiones gays suelen casi siempre estar asociadas a droga:

éxtasis, GHB, Tina, viagra, poppers, MDMA. El pajareo también. Los clubs de swingers, que yo sepa, no. No sé dónde podrías esconder la papelina si vas cubierto solo con una toalla. Quizá porque a un club de swingers se va a lo que se va, y a un pajareo no se sabe a qué se va.

Chemsex: sexo y drogas

Se trata de un fenómeno social reconocible y que está siendo analizado en Gran Bretaña por las autoridades sanitarias, porque existe el temor de que conlleve un repunte del contagio del virus del SIDA, sobre todo entre los jóvenes.

Pero el chemsex no solo se da en Gran Bretaña. En España son comunes las sesiones de chemsex en Barcelona o Madrid, en el Gayxample y en Chueca.

Las sesiones de chemsex se suelen concertar a través de Grindr. Es como cualquier otra sesión gay, con una diferencia. Hay drogas, muchas drogas, no hay duda de que va a haberlas, y las sesiones llegan a durar unas setenta y dos horas, un fin de semana entero. Si quieres saber más sobre el tema, mira el anexo.

Conclusión.
Otro amor es posible

Gisela está casada. No es feliz en su matrimonio, desde hace años. Su marido no la valora, su vida sexual es un páramo, no comparten aficiones ni ideas sobre la educación de sus hijos, discuten a menudo, casi ya no se hablan. Pero el marido de Gisela tiene mucho dinero, y Gisela disfruta de un tren de vida envidiable. Como Gisela trabaja y se casó en régimen de gananciales, un divorcio supondría una enorme merma en su calidad de vida. Gisela vive en conflicto, a veces latente, a veces permanente, con resentimientos y malestar, pero no se atreve a dar el paso de separarse. Las razones para no aspirar a un presente más pleno son variadas: los valores familiares, el qué dirán, el miedo a la soledad, cuestiones de dinero o de estatus social.

Gisela tiene un amante, Alfredo, desde hace dos años. Se ven más o menos una vez por semana. Cuando iniciaron su relación, Alfredo estaba casado. Le confesó la verdad a su mujer y se divorciaron. No es que él esperara exactamente que Gisela se divorciara también, pero le sorprendió que jamás mencionara esa posibilidad. Aún más le sorprendió que después de un fin de semana que pasaron juntos Gisela le confesara entre la despreocupación y el tedio: «Ahora, cuando llegue a casa, voy a tener que fichar», refiriéndose a que tendría que hacer el amor con su marido para que él no sospechase. En ese momento, empezó a desenamorarse de ella. Ahora, Alfredo echa de menos a su mujer. Cree que tiró por la borda una relación bonita, basada en el cuidado mutuo, por un encoñamiento.

Pero a Alfredo le viene bien esa relación. Le proporciona sexo e intimidad sin complicaciones emocionales. Una amistad erótica con el máximo de libertad y el mínimo de obligaciones. No es que sea intensamente feliz en su historia con Gisela, pero le resulta cómoda y le permite ir alternando con alguna que otra historia que le surge

de cuando en cuando.

A Alfredo le gusta mucho una compañera de trabajo soltera, Laura. Está seguro de que Laura también siente algo por él, pero no se atreve a proponerle nada. Laura parece una chica bastante seria y Alfredo imagina que no será de las que admiten que el hombre con el que tienen una relación la tenga también con otras. Alfredo tiene miedo a iniciar una relación seria, comprometida y mutuamente exclusiva. Pero lo cierto es que a veces se siente vacío y, a menudo, solo.

Laura sale muy poco, y cuando lo hace solo va al cine o al teatro con amigas. Casi no tiene oportunidades de conocer a hombres, excepto en el trabajo. Ni quiere tenerlas: en su día le rompieron el corazón y no quiere arriesgarse a que vuelva a pasar. Su exnovio era celoso, le revisaba el correo, le miraba los mensajes del móvil. Sus amigas le decían que eso era lo normal y que si su novio la celaba era porque le quería. Intuye o sabe que Alfredo se siente atraído por ella, pero no tiene valor para dar el primer paso porque mantiene una concepción muy conservadora de que son los hombres los que deben iniciar el cortejo en la relación con una mujer. Tiene una casa bonita, un trabajo que le gusta y unas amigas fieles y divertidas con las que hace muchas actividades, pero a veces echa de menos un hombre en su vida. En cualquier caso, no se atreve a tener uno. La idea de tener que estar a todas horas con la misma persona le da miedo. En su corazón, ella siente que la pareja que vivieron sus padres no le interesa.

Muchas veces no tomamos conciencia de cómo vivimos y permanecemos dentro de nuestra zona de confort emocional, creyendo que a pesar de todo estamos bien, que los cambios no tienen sentido, que todo aquello conocido para ti y a lo que estás acostumbrado ya te vale. Parece que siempre es más fácil no cambiar nada de lo que te rodea, actuar como siempre lo has hecho, no aventurarse, no modificar.

La zona de confort es el estado mental que nos creamos para protegernos de lo desconocido, ese estado emocional en el que nos hemos instalado más o menos cómodamente. Aunque no nos sintamos del todo felices, estamos convencidos de que más vale malo —o regular— conocido, que bueno por conocer. En ese espacio emocional nos encontramos cómodos y seguros y nos

convencemos a nosotros mismos diciendo que, a pesar de todo, no estamos tan mal y, que un cambio podría ser para peor. Y así evitamos miedos, temores, riesgos e incomodidades. El miedo paraliza.

En esta zona de aparente tranquilidad no eres feliz, pero ya conoces las reglas del juego, y estás acostumbrado o acostumbrada a moverte con comodidad ante situaciones reiterativas. El confort genera inercia, y en la zona de confort la reflexión pierde fuerza.

El miedo al cambio suele ser uno de los hechos que generan más actitudes defensivas. Por eso a cierta gente no le resulta tan fácil salir de su zona de confort, por más contraproducente que sea permanecer en la zona si se tienen en cuenta los deseos genuinos de esa persona. Pero mantener las cosas como están pareciera dar cierta tranquilidad a quienes son reacios a los cambios.

Permanecer en la zona de confort implica conformarse con lo que uno tiene, y acostumbrarse a vivir desde la resignación. Pensamos, de manera equivocada, que como hace tiempo la desilusión y el malestar vienen conformando nuestra realidad, así será permanentemente. «Es lo que me ha tocado vivir», «Ya no tengo edad para según qué cosas».

¿Por qué permanecemos en la zona de confort? Por la homeostasis. Que es la tendencia a tratar de permanecer en un ámbito familiar y conocido (en la zona de confort) aunque provoque insatisfacción, para evitar lo nuevo y diferente. Homeostasis es el conjunto de fenómenos de autorregulación que llevan al mantenimiento de la constancia en las propiedades y la composición del medio interno de un organismo. Todo organismo tiende a la homeostasis. Cierto. Pero es importante reflexionar acerca de que, para cambiar, crecer, evolucionar, modificar, superarse, es fundamental romper dicha homeostasis. Es decir, tener o pasar por una crisis. Las crisis permiten que aparezca la posibilidad del cambio.

El cambio, muchas veces, es para mejor.

Gisela optó por la infidelidad. No es feliz. Alfredo rompió su matrimonio. No es feliz. Laura cerró su corazón y sus piernas. No es feliz. A ninguno de ellos se le ocurrió que existía otra manera de hacer las cosas. Quizá ni siquiera lo sabían, ni lo imaginaban. Pero es casi seguro que el marido de Gisela también tenía sus amantes, o

que la mujer de Alfredo habría aceptado un acuerdo de pareja abierta (o al menos habría escuchado atentamente si Alfredo se lo hubiera propuesto). Y es seguro que Laura podría encontrar un hombre que la amara desde la libertad, completamente dispuesto a aceptar sus condiciones y a respetar su integridad. Es probable que pudiera ser Alfredo. Si ellos y tantos otros se atrevieran a salir de su zona de confort, su vida podría ser mucho más interesante. Ellos sienten que es peligroso. Pero más peligroso es no amar.

Las relaciones poliamorosas existen. A nuestro alrededor muchas de las personas que conocemos las practican, pero no hablan de ello. El negocio ingente que se ha creado, por ejemplo, alrededor de los clubs de swingers nos prueba que muchas de las parejas que conocemos y a las que suponemos (por defecto) una vida monógama en realidad son poliamorosas. O, al menos, no son monógamas, y practican su no monogamia sin engañar a nadie. Tampoco solemos sospechar que esos tres chicos jóvenes tan majos del sexto b en realidad viven en un trío. O que ese grupo de amigos tan majos que van juntos a todas partes y organizan excursiones, visitas a exposiciones, viajes... en realidad son un círculo. Como todos estos acuerdos no se exponen en la vida pública, lo cierto es que casi nadie sabe nada de poliamor.

Pero el poliamor ha llegado para quedarse, y mucha gente es poliamorosa incluso sin saberlo, desde la pareja tradicional en la que la esposa sabe de sobra que su marido sale con una compañera de trabajo, pero finge no saberlo, hasta el adicto a Tinder que concierta citas cada fin de semana y deja claro a todas ellas que no busca una relación pero que está abierto a ser amigo.

Muchas parejas han llegado al poliamor de manera tácita, sin haberlo hablado: «Hace tiempo que no tenemos sexo. Supongo que tiene sus aventuras por su cuenta, yo desde luego tengo las mías por mi lado, pero preferimos no hablar nunca del tema. Yo no quiero perder a mis hijos y la casa, o mi seguridad, o mi estabilidad sentimental, o mi vínculo de veinte años...». La novedad en el siglo XXI ha sido plantear el tema a las claras, sin tapujos, sin mentiras sin hipocresía, asumiendo el riesgo o el dolor, enfrentándose a los celos de manera directa, al sentido de posesión, a la inseguridad, a la angustia, al miedo a la soledad o al abandono. El miedo a la libertad. Asumiendo que si queremos ser libres debemos ser

honestos e independientes. Mucha gente, por supuesto, no tiene claro lo que quiere, ni lo que es, ni adónde quiere llegar. Pero prefieren mil veces ser poliamorosos sinceros que infieles hipócritamente ocultos tras la máscara del matrimonio monógamo. Se supone que se saltan una norma moral, pero ¿acaso hay acción moral sin libertad?

Igual que en su momento pasó a ser normal aceptar que el matrimonio no era indisoluble, de la misma manera que aceptamos el divorcio, las segundas nupcias, las parejas reconstruidas, las parejas o incluso el matrimonio de gays o lesbianas; de la misma forma que aceptamos que el sexo se podía dar fuera del matrimonio y que no dependía del género de quienes se casaban o formaban pareja; con la misma naturalidad con la que ahora aceptamos con normalidad a gays o lesbianas e incluso aceptamos que pueden casarse o adoptar hijos, hemos llegado al momento en el que se ha entendido que es posible separar amor y pareja, o amor y deseo, o amor y sexo. Se ha entendido que ha aparecido como una opción más el situar más amores fuera de una pareja o repartidos en varias relaciones de manera consensuada y con el acuerdo de todos los implicados.

Es decir, estamos llegando poquito a poquito a normalizar y a visibilizar (aunque de momento no a aceptar abiertamente) **lo que hasta ahora se ha hecho siempre de manera oculta, a espaldas de la pareja o relaciones que se tuviesen. O lo que se aceptaba mediante el sistema de «ojos que no ven, corazón que no siente».**

Es por eso por lo que el poliamor ha aparecido como otra herramienta más, como el divorcio, el matrimonio igualitario, el sexo sin compromiso, las páginas de contacto, el matrimonio gay. ¿Recurre todo el mundo a esas opciones? No, solo quien lo desea, en el momento que lo desea. Eso es lo que sucederá con el poliamor. Habrá quien decida mantenerlo, habrá a quien le valga, habrá a quien no.

Nadie obliga a nadie a ser poliamoroso, pero de la misma manera nadie debería obligar a nadie a no serlo.

Nadie debería decir que la pareja monógama es la única opción afectiva y relacional posible.

Nadie debería patologizar a quien vive de otra manera. Ni

llamarle inmoral, enfermo o inmaduro.

Lo que hace cada cual con su vida privada solo le debería afectar a los implicados. Pero, de la misma forma que los perros atacan lo que temen, parte de la sociedad ataca lo que no entiende, porque lo teme, teme que destroce un orden establecido.

La cuestión es que lo que ya ha llegado probablemente no va a esfumarse mágicamente, no va a volverse a la situación anterior. El poliamor está aquí para quedarse.

Nota final

Para hacer este libro he recogido testimonios de muchas personas. Con algunas he quedado a tomar café, con otras he hablado por teléfono, y con una por Skype (utilizando la cuenta de una amiga, porque yo no tengo una propia). Con otros he chateado vía Grindr, Tinder y Wapa. Algunos me contaron sus historias hace años, algunos fueron mis amores, muchos son hoy mis amigos.

Por lógica en todos los casos he cambiado los nombres. En otros, la ciudad de origen. En algunos he cambiado el sexo de sus hijos. En algún caso he combinado dos historias para dar lugar a una. Es decir, todas las historias parten de una historia real. No he inventado nada. Pero he hecho literatura. Tanto para proteger la identidad de los que confiaron en mí como para hacer una lectura amena, lo que implica reorganizar todo el material que tienes y redactarlo como un cuento.

Como bien digo en otro momento de este libro, nadie tiene claro a día de hoy cuál es la manera «adecuada» de vivir el poliamor o la no monogamia. Hay quien me ha dicho que vivir en poliamor implica tomar postura política. Hay quien me ha dicho que la gran mayoría de los poliamorosos en España vienen desde las parejas tradicionales y monógamas. No creo ni lo uno ni lo otro. Entre la gente que ha hablado conmigo he encontrado a gente sin filiación política ninguna y a gente que en su vida ha estado en una pareja monógama. Es cierto que hay grupos de poliamor por toda España, bien organizados y con sus propias normas. También hay mucha gente que vive de manera completamente libre y que jamás se ha acercado a un grupo de poliamor, ni tiene la más mínima intención de hacerlo. Yo espero que tras este libro aparezcan otros que den una visión no radicalmente diferente, pero sí complementaria. No creo que este sea un tema cerrado.

Agradezco muy en particular su ayuda a Miguel Vagalume de *Golfxs con principios*, y de Alejandro Torán.

Golfxs con principios promueve una visión positiva del sexo no convencional —poliamor, swinger, BDSM, kink, LGBT y queer— a través de publicaciones, actividades y servicios.

ANEXO
Noticias de prensa

Las violaciones por citas online se multiplican por seis en Reino Unido

El número de presuntos delitos que implican a personas que usan redes sociales de citas como Tinder y Grindr se incrementó por siete en dos años en el Reino Unido, según la policía británica.

Entre las denuncias se incluyen casos de violación, acoso sexual a menores o intento de asesinato, ante lo cual algunos expertos han urgido a las autoridades a lanzar una campaña para concienciar sobre el peligro de quedar con extraños a través de estas páginas.

Según apuntan, los usuarios son vulnerables a la «extorsión sexual» y estas cifras pueden representar «solo la punta del iceberg» del problema, ya que muchas víctimas pueden sentir miedo o vergüenza de contactar con la Policía.

El Consejo Nacional de Jefes de Policía del Reino Unido ha alentado a las víctimas a denunciar los ataques y buscar apoyo, y ha aconsejado a los usuarios que no compartan información personal con nadie hasta que estén seguros de con quién se están comunicando. Un 85 por ciento de las víctimas de violaciones por parte de «extraños» conocidos en la red son mujeres, un 42 por ciento de ellas de entre 20 y 29 años y un 24 por ciento entre 40 y 49, indicó la Agencia. El jefe de análisis de delitos graves, Sean Sutton, explicó que ha surgido «un nuevo perfil de violador», que en general no suele tener antecedentes penales o historial delictivo, lo que dificulta su identificación a priori. «No se puede ver venir a un violador de este tipo. Serán encantadores, incluso persuasivos», advirtió. Sutton dijo además que la gente suele ser reacia a denunciar violaciones y más si son consecuencia de contactos por Internet, por lo que el verdadero número de casos podría ser «diez veces superior» al que reflejan las estadísticas oficiales.

El policía animó a las víctimas «a presentar denuncias» y aseguró que estas serán tratadas «con seriedad y empatía».

La Agencia Nacional del Crimen ha puesto en marcha una campaña para concienciar a la población de los riesgos de las citas por Internet y recomendar medidas de precaución.

El organismo aconsejó a los nueve millones de británicos que utilizan páginas o aplicaciones de contactos que acuerden con su interlocutor lo que

esperan antes de encontrarse en una cita, y que no se sientan presionados a quedar si no se sienten preparados.

Otra recomendación es encontrarse en lugares públicos y no sentir presión de tener que ir a casa de ninguno de los dos, y conocer bien a la persona antes de profundizar en la relación, «pues los perfiles de Internet pueden ser muy diferentes que la personal real».

Por último, la NCA aconseja «cortar la relación por lo sano» y «sin remordimientos» si uno descubre que no le apetece seguir adelante.

Otra investigación reciente de la agencia británica de noticias Press Association (PA) reveló que los delitos vinculados a páginas web o aplicaciones de contactos como Tinder y Grindr han aumentado siete veces entre los años 2013 y 2015.

Fuente: *ABC,* 7 de febrero de 2016

EN ESPAÑA EXISTEN SEIS MILLONES DE PERSONAS CON DEPRESIÓN

Solo en España existen seis millones de personas con depresión y las «consultas por ansiedad y estrés van aumentando». Relacionado con ello, hay un dato que hace saltar las alarmas: en nuestro país, el consumo de antidepresivos se ha triplicado en los últimos diez años. Y, desde el comienzo de la crisis, su uso se ha incrementado un 10 por ciento.

El ambiente laboral es uno de los principales focos de ansiedad y de depresión en los países occidentales y todo apunta a que las cifras pueden empeorar en las próximas décadas. Expertos de la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (EU-OSHA) detectaron en 2008 hasta veintisiete riesgos psicosociales emergentes relacionados con la seguridad y la salud en el trabajo.

La gran mayoría de ellos están relacionados con cinco ámbitos: las nuevas formas de contratos laborales e inseguridad laboral; los riesgos en materia de seguridad y salud en el trabajo para los trabajadores de edad avanzada; la intensificación del trabajo; la elevada carga de trabajo y de presión; una situación emocional extrema en el trabajo, incluidos casos de violencia y acoso; y el desequilibrio entre vida personal y laboral.

Fuente: *ABC,* 16 de abril de 2012

MÁS DE LA MITAD DE LOS TRABAJADORES ESPAÑOLES SUFRE ESTRÉS LABORAL

Según el Instituto Nacional de Estadística (INE), el 59 por ciento de los trabajadores en España sufre algún tipo de estrés en el trabajo. Esta situación puede generar altos niveles de presión entre sus miembros al convertirse en

parte de la cotidianidad laboral de estos profesionales y propiciar así en ellos la aparición de patologías como el estrés, depresión, insomnio o adicción al trabajo. Trastornos en los que el factor emocional o psicológico juega un papel determinante. Según un estudio de la Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y Trabajo, el 28 por ciento de los trabajadores europeos se ve envuelto en situaciones de estrés.

Fuente: *20 minutos.* Randstad, 27 de junio de 2015

TRES MUJERES CASADAS Y MADRES DE UNA NIÑA

Doll, Kitten y Brynn son tres mujeres lesbianas que se casaron en agosto de 2013 en la ciudad de Massachusetts y tienen una niña. El bebé nació del vientre de Kitten, de 27 años, que quedó embarazada luego de haberse sometido a un tratamiento de fecundación in vitro usando un donante de esperma anónimo.

Las otras dos chicas planean tener un bebé cada una, sea por vía médica o por adopción. La intención de Kitten es hacerse cargo de los tres niños cuando los tengan.

«La esperanza es tener tres hijos en total. Siempre bromeamos con que los niños nunca deben superar en número a los padres», dice Brynn, de 34 años.

Doll y Brynn mantenían una relación sentimental abierta. Brynn se había casado dos veces antes con mujeres y ambas experiencias la habían hecho reconocer que las relaciones monógamas no eran para ella.

Doll había sabido que ella era poliamorosa desde la escuela secundaria. Ella explica: «Yo siempre había salido con chicas que aunque tenían novios o novias, salían también conmigo».

«Todas las rupturas me obligaron a pensar realmente en lo que yo era y me di cuenta de que no había sido honesta conmigo misma. Pensándolo bien me di cuenta de que yo no había sido feliz en mis relaciones monógamas anteriores y descubrí que yo era poli. Más tarde conocí a Kitten en un *site* de citas por Internet».

Kitten lo cuenta así: «Había creado un perfil OKCupid para mí y empecé a salir con una mujer impresionante con el consentimiento feliz de su marido. Ellos eran una pareja encantadora pero terminamos la relación después de que tuvieron que mudarse. Poco después de esa ruptura amistosa, me encontré con Doll y Brynn en el perfil de OKCupid y vi que estaban buscando a un tercer miembro para unirse a su 'Super Heroe Group'».

Antes de conocer a Doll y Brynn, Kitten había estado en dos relaciones a largo plazo con hombres. Su primera relación duró diez años.

Kitten dice: «Mi segundo novio y yo habíamos estado juntos durante varios años, pero unos meses antes de nuestra boda él me dejó sin ninguna explicación. Al principio, yo estuve muy angustiada, pero ahora estoy agradecida por lo que hizo».

Doll, Brynn y Kitten fueron a cenar a un restaurante chino para su primera cita (juntas las tres) y de inmediato se gustaron.

Doll dice: «Hubo una atracción inmediata con Kitten, pero creo que todas nos unimos cuando horneamos galletas juntas en nuestra cuarta cita».

Brynn añade: «Con Doll y Kitten, las cosas finalmente tuvieron sentido. Era como si el rompecabezas estuviese finalmente completo con las tres piezas».

A los pocos meses, Kitten se mudó con Doll y Brynn. Dos años más tarde decidieron casarse. Fue Kitten quien propuso la idea: «Yo siempre había querido casarme y supongo que Doll y Brynn complacieron mis deseos. Tuve una educación muy tradicional y el matrimonio siempre había sido un importante símbolo de compromiso para mí. Queríamos celebrar nuestro amor en una boda como todo el mundo».

Doll, Kitten y Brynn Young se casaron en una ceremonia celebrada en agosto de 2013 y cada uno de sus padres caminaron con ellas por el pasillo. Las tres mujeres llevaban vestidos de novia blancos e intercambiaron anillos.

La trieja trabajó con un abogado de familia especialista que elaboró la documentación y redactó la ceremonia en la que las tres fueron obligadas a firmar y dar el sí.

Mientras que Brynn y Kitten están casadas legalmente, Doll está en una pareja de hecho. El trío se casará entre sí cuando sea legalmente posible. Como casarse con más de una persona no es todavía legal, han combinado el primer matrimonio de Doll y Brynn con otros documentos jurídicamente vinculantes.

Doll asegura: «Por lo que sabemos no hay otras tres mujeres que estén casadas como nosotras. Nuestra relación es como la de cualquier pareja normal: desayunar, ver la televisión después del trabajo y compartir la cama juntas. La única diferencia es que la comunicación es mucho más difícil para nosotras que para otros. Pero las tareas del hogar son mucho más fáciles con tres personas».

Brynn añade: «Cada una de nosotras tiene sus propias tareas y roles asignados. Me gusta pensar en nosotras como un comité romántico. En nuestra relación, yo soy el sostén de la familia tradicional. Yo trabajo a la semana cuarenta horas y aporto la mayor parte de los ingresos de la familia. Doll prepara la comida y Kitten hace la limpieza. A veces, Kitten también me ayuda con mi pelo y el maquillaje antes de ir a trabajar».

Brynn dice: «La planificación de nuestra boda fue un verdadero follón. Me costó mucho más la organización porque había tres novias implicadas. Aunque no seamos la unión típica, somos personas muy tradicionales y eso se vio en nuestra boda».

Cuando Doll, Kitten y Brynn caminaron por el pasillo, las llevaban del brazo cada uno de sus padres. Este momento fue especialmente memorable para Kitten: «Mi padre había dejado de hablarme durante un tiempo, ya no solo por ser lesbiana sino por salir con dos mujeres. Sin embargo, poco antes de la boda, accedió a caminar con su hija menor por el pasillo. Fue

maravilloso».

Tres meses después de la boda Kitten se quedó embarazada después de someterse a un tratamiento de FIV usando un donante de esperma. Tienen la esperanza de concebir utilizando el mismo método en todos sus futuros embarazos.

Kitten dice: «Nosotras tres siempre hemos querido tener niños. Doll, Brynn y yo estamos comprometidas unas con las otras y nosotras queríamos hacer crecer nuestra familia».

La trieja también planea educar a sus hijos en el hogar para evitar que sean intimidados por sus compañeros por tener una familia poco convencional.

Doll añade: «La escuela tradicional es suficientemente fuerte para un niño normal y no quiero que nadie acose a mi hijo por vivir en un entorno distinto. No puedo soportar la idea de ponerlos en el fuego cruzado de esa manera».

Brynn continúa: «A través de la educación en el hogar creo que también podemos educar a nuestros hijos para que tengan la misma fuerza que Doll, Kitten y yo. Nosotras tres hemos sido lo suficientemente valientes como para estar a la altura e ir en contra de lo que la sociedad llama normal. Espero que nuestro hijo se sienta libre de hacer lo mismo si lo desea».

Doll, Kitten y Brynn son fieles las unas a las otras y dicen que no planean añadir a ninguna otra persona más a su triple relación. Esperan demostrar al mundo que la polifidelidad es una opción aceptable de amor.

Brynn dice: «Doll, Kitten y yo puede que no seamos la norma, pero somos perfectamente normales. Nosotras somos simplemente personas tratando de vivir la vida que sentimos que es mejor para nosotras y nos merecemos los mismos derechos que los demás».

Fuente: extractado y traducido a partir de artículos de *The Mirror, Daily Mail* y *New York Post*

LAS TRES NOVIAS QUE DESAFÍAN EL MODELO DE 'FAMILIA TRADICIONAL BRASILEÑA'

Una empresaria y una dentista, de 32 años, y una gerente administrativa, de 34, acaban de poner patas arriba el concepto de familia brasileño al oficializar su relación en una notaría de Río de Janeiro. Es el segundo trío registrado en Brasil después de que en 2012 una cajera, una auxiliar administrativa y un arquitecto formasen en São Paulo la primera unión poliafectiva estable del país, el equivalente a la pareja de hecho que, desde 2003, rige las uniones civiles brasileñas.

La escritura firmada por las tres mujeres, que viven juntas hace tres años, las reconoce como familia, establece la separación de bienes y da potestad a cada una de ellas para decidir sobre posibles cuestiones médicas de sus

cónyuges. El trío, además, declaró en el documento su intención de que la empresaria tenga un hijo por inseminación artificial y que en el certificado de nacimiento del bebé se contemplen los apellidos de las tres. Las novias firmaron también tres testamentos en los que dividen sus bienes en caso de fallecimiento.

«Somos una familia. Nuestra unión es fruto del amor. Voy a quedarme embarazada y estamos preparándonos para eso, incluso financieramente», contó la empresaria al diario *O Globo*. «La legalización es una manera de que el bebé y ninguna de nosotras se quede desamparada. Queremos disfrutar de los derechos que todo el mundo tiene, como la licencia de maternidad».

Los tribunales brasileños aún no han decidido anular este tipo de uniones, así que los argumentos a favor y en contra dependen de la interpretación de un abanico de sentencias de casos particulares. El reconocimiento de la unión de estas tres mujeres, por ejemplo, se basó en los fundamentos del Tribunal Supremo para reconocer legalmente en 2011 a las parejas homosexuales, según Fernanda de Freitas Leitão, la notaria que *casó* a las tres novias. Desde el año 2000, mucho antes que los tribunales, Freitas ha reconocido la unión de multitud de parejas gais, y conmemoró públicamente el matrimonio a tres de São Paulo. Hacía años que esperaba «con ansia» poder *amadrinar* un trío en su propia notaría.

«El pilar que sustenta cualquier relación de familia es el afecto. Y estas tres mujeres tienen todo para formar una familia: amor, una relación duradera, intención de tener hijos... En el derecho privado, además, lo que no está prohibido está permitido. No puedo garantizarles derechos inmediatos, tendrán que luchar en los tribunales para realizar la declaración de la renta conjunta o contratar un seguro médico, pero ahora están protegidas», explica Freitas.

La polémica está servida una vez más y se cuestiona desde la validez de esa unión a la posibilidad de un niño de tener tres madres. El Colegio de Notarios de Brasil, así como hizo en 2012, se desvincula de las decisiones individuales de sus colegiados y no faltan juristas que defienden que esa unión viola la Constitución. «Esa escritura no vale nada. La Constitución brasileña establece expresamente que la unión estable solo puede ser constituida por dos personas y el reconocimiento del Tribunal Supremo de las uniones homosexuales también se refiere específicamente a dos personas», explica la abogada especialista en derecho familiar Regina Beatriz Tavares, que niega la posibilidad de que el futuro hijo de esas mujeres pueda tener tres madres registradas. «La poligamia en Brasil no tiene ningún soporte constitucional. No defiendo un único tipo de familia, pero el principio de unión está restringido siempre a relaciones monógamas, la sociedad brasileña no acepta matrimonios de tres personas, sean del sexo que sean», defiende Tavares, también presidenta de la Asociación de Derecho de Familia y Sucesiones (ADFAS).

«Cuando comencé a oficializar parejas homosexuales ocurría lo mismo, me

acusaban de que era ilegal. Todas las uniones que se salen de lo tradicional acaban abriendo el mismo camino. Al comienzo hay un rechazo grande, después la jurisprudencia comienza a reconocerles derechos familiares hasta que se normalizan. Brasil, incluso, ya cuenta desde 2012 con casos de hijos con más de dos padres, al incluir, por ejemplo, al donante conocido de una inseminación artificial. La historia se repite ahora», rebate la notaria Freitas.

La unión oficial de este trío también rompe los esquemas de cualquiera de los diputados conservadores que mantienen una batalla en el Congreso para restringir las políticas públicas al modelo de familia tradicional formado por un hombre y una mujer. La intención de los congresistas, cada vez más cerca de ser aprobada en el Senado, rema en dirección contraria al rumbo tomado por la sociedad brasileña.

El modelo de matrimonio con hijos hace años que no es mayoritario en los 57 millones de hogares del país, según los últimos datos del Instituto Brasileño de Geografía y Estadística (IBGE) de 2013. Los nuevos tipos de familia (madres solteras, padres solos que se hacen cargo de sus hijos, matrimonios sin hijos, uniones homosexuales...) representan un 56,1 por ciento de los domicilios. Si en 1980 el 75 por ciento de los hogares estaba formado por matrimonios con hijos, en 2013 el número cayó hasta el 43,9 por ciento. A la opción del matrimonio tradicional, le siguen las parejas sin hijos (19,4 por ciento) y los hogares con mujeres solteras con hijos (16,5 por ciento).

El debate sobre el poliamor, aunque aún está fuera de las estadísticas, es un asunto presente en varias capitales de Brasil donde se forman grupos, fiestas y actividades a través de las redes sociales. Precisamente en Río de Janeiro, la reunión bautizada como «Poliencontro», que debate nuevas formas de entender las relaciones amorosas entre más de dos personas, ya ha celebrado una decena de ediciones, con eventos en espacios públicos de la ciudad.

Fuente: María Martín, *El País Río de Janeiro,* 26 de octubre de 2015

«LAS TRES NOS AMAMOS»: EL TRÍO DE MUJERES QUE VIVE EN UNIÓN CIVIL EN EL PAÍS CON MÁS CATÓLICOS DEL MUNDO

Brasil carece de una ley que habilite el matrimonio gay, como sí ocurre en Argentina o Uruguay, pero ese y otro fallo de la justicia en 2013 allanaron el camino para celebrar casamientos homosexuales a través de notarios públicos.

Sin embargo, las uniones poliamorosas están poniendo a prueba el alcance de esa apertura y retan la idea de familia tradicional en un país de fuerte tradición católica y con un número creciente de evangélicos.

En 2012, un hombre y dos mujeres que vivían juntos declararon oficialmente su relación en Tupá, interior del estado de Sao Paulo.

Ahora, este trío de mujeres en Río causa sorpresa y un debate sobre el

valor de su escritura: algunos sostienen que es nula, pero ellas y quienes las respaldan dicen que servirá para que les reconozcan derechos de cónyuges.

«Estamos haciendo algo histórico, sentando un precedente», afirma la mayor de las tres durante una entrevista con *BBC Mundo,* la primera que el trío concede a un medio extranjero.

Evitan dar sus nombres o dejarse fotografiar el rostro, argumentando que trabajan directamente con clientes y «no siempre las personas están abiertas» a este tipo de relaciones.

De hecho, los familiares de la dentista y la gerente ignoran que viven en un trío amoroso; solo saben que cada una tiene una relación homosexual estable con la empresaria.

Pero esta última cuenta que su madre sí se enteró y su respuesta fue: «Quiero un nieto».

Han resuelto que la empresaria quedará embarazada por inseminación artificial, por ser la que tiene «el mayor deseo» de ser madre.

«Ya estoy buscando para el año que viene», revela.

Las otras dos acotan que también pretenden hacerse un tratamiento para poder amamantar al bebé.

Pero son conscientes de que la batalla más importante que tendrán será para conseguir registrar a ese hijo a nombre de las tres.

«Ellas ya formaron una familia y quieren ser reconocidas», asegura a *BBC Mundo* Fernanda de Freitas Leitão, la abogada que registró su unión.

Agrega que el documento encaja en los fundamentos del Supremo para aceptar uniones de parejas homosexuales y permitirá el registro multiparental de un hijo del trío o establecer su régimen patrimonial.

Pero admite que deberán pelear judicialmente para que les reconozcan derechos relacionados con planes de pensiones, seguridad social y declaración de la renta.

Marta Bastos, la abogada del trío, sostiene que mediante la escrituración buscaron asegurar «los mismos derechos disponibles para los casamientos entre dos personas».

«Ellas crearon un precedente para un tipo de relación de amor y casamiento ya existente y que precisa ser aceptado socialmente como un núcleo familiar», afirma.

Sin embargo, otros expertos rechazan estos argumentos.

Regina Beatriz Tavares, abogada y presidenta de la Asociación de Derecho de Familia y Sucesiones, sostiene que constitucionalmente solo dos personas pueden casarse o tener una unión estable en Brasil.

Las tres mujeres «no están casadas, esa escritura (que realizaron) es nula e inválida», afirma. También niega que puedan realizar el registro multiparental de un hijo.

«En Brasil está vedada la poligamia», dice Tavares a *BBC Mundo.* «La sociedad brasileña no acepta este tipo de relación».

Por otra parte, grupos conservadores intentan minar el reconocimiento a la

unión civil incluso entre parejas homosexuales.

Un polémico proyecto de ley que analiza el Congreso brasileño define a la «familia» como una unión estable entre un hombre y una mujer.

Pero las relaciones poliamorosas están lejos de ser una novedad en Brasil, donde en 1966 nació la novela *Doña Flor y sus dos maridos,* del afamado escritor Jorge Amado.

El tema fue tratado recientemente en la telenovela *Imperio* de la TV Globo y en la serie documental *Amores libres*, mientras en las redes sociales se organizan encuentros de poliamor.

El trío de mujeres en Río sostiene que la relación se dio naturalmente: la empresaria y la gerente llevaban años viviendo juntas cuando conocieron a la dentista por puro azar, a través de un grupo de fans de Madonna en internet.

«Al principio (la convivencia de a tres) dio un poquito de problemas», cuenta la empresaria. «Hubo celos, pero fue más por la adaptación».

Cuentan que la cama matrimonial o king size donde duermen las tres les quedó algo pequeña y piensan mandar construir una mayor, de estilo japonés.

En su apartamento en un barrio de clase media en la zona norte de Río se dividen las tareas cotidianas y al final de cada día esperan a que las tres estén presentes para cenar, aseguran.

Aunque tienen una «vida social agitada», dicen que evitan participar de encuentros poliamorosos mediante redes sociales porque son más para aventuras transitorias que no les interesan.

«Nuestra vida es más tradicional, por la cuestión de la fidelidad, la lealtad», sostiene la dentista.

La notaria Leitão descarta que el concepto de unión estable pueda admitir límites sobre la cantidad de personas que la componen, pero ellas afirman que «tres es el límite» en su caso.

«Tengo amigas que bromean: “¡Guárdame un sitio!”, relata la empresaria. «Pero no nos planteamos eso».

Fuente: extractado, corregido y traducido del reportaje de Gerardo Lissardy, *BBC Mundo,* noviembre de 2015

En Tailandia tres hombres se han casado por el rito budista en marzo del 2015, oficializando después su relación mediante contrato ante notario. Joke, Bell y Art, los tres de 26 años, se casaron el día de San Valentín y colgaron las fotos de la ceremonia en sus perfiles de Facebook. Las fotos se hicieron rápidamente virales y las puedes encontrar si tecleas «Trío de tres hombres casados en Tailandia».

Fuente: estractado a partir de artículos online

CONCHA BUIKA, LA GUERRILLERA DE LA COPLA QUE VIVE EN UN MATRIMONIO A TRES

Con un disco tan lleno de pasión, de amor, de copla, ¿cómo es la vida sentimental de Concha Buika?

Estuve casada con el padre de mi hijo y luego conocimos a nuestra mujer, África (excantante del grupo Mojo Project), y estuvimos en un trío.

Y eso, ¿cómo se gestiona?

Yo, que estoy como una cabra y no me creo las tonterías que se inventan los demás para hacernos creer que somos de una manera o de otra. Una institución como la Iglesia no puede decirme cómo soy. Que el matrimonio es de dos se lo inventó un tío, y como yo soy una tía, me invento que es de tres.

Lo de las tres bandas será un poco complicado, ¿no? No es algo, digamos, convencional.

En una estructura social como la de hoy en día, un matrimonio a trío es lo más cómodo, coherente y emocionalmente divertido que he encontrado.

¿Dónde conoció a su marido?

Lo conocí en Mallorca. Es músico como yo. Es medio peruano y medio español. Fue un flechazo. Aunque no sé si fue algo más racional. A veces he pensado que fue el instinto biológico de ser madre. No lo sé. No lo tengo claro.

¿Continúa con él?

No. Terminó. Pero soy una persona a la que no le cuesta vivir las relaciones y tampoco me cuesta asimilar que se acaban. Me parece fascinante disfrutar del amor, disfrutar del desamor, disfrutar de un nuevo amor, de ese, de la otra y del de más allá. Aquí hemos venido a jugar al juego de estar vivos. Es ridículo ver a una persona dirigirse a estar viva con miedo o a morir con miedo. Es tonto y absurdo. Entonces que hubiera nacido perro o pájaro... Si me han hecho humana, disfruto de ser humana. De perder, de ganar, de todo. No me parece que haya que introducir el concepto de culpa en ello como lo hacemos. ¿Qué culpa? Si no somos culpables de ser como somos. ¡Es terrible la culpa maldita en España, coño!

Pero ¿cómo se forja una relación a trío?

Yo, que soy maquiavélica. Si las cosas no existen, tienes que inventártelas tú y convertirlas en realidad. Conocí a África de una forma muy bestia. Me la encontré y lo primero que hice fue agarrarla de la mano y llevarla a casa. Si veo una cosa tan bonita lo que quiero es que la persona que más quiero también la pueda disfrutar. ¿Por qué lo voy a esconder? Escondes lo malo, pero no es malo ver a una persona maravillosa y dejarte llevar. La llevé a casa y se la presenté a mi marido y le dije que estaba apasionadísima con esa chica y le pedí por favor que la conociera. Tuvimos nuestro proceso de conocernos los cuatro, porque estaba también mi niño por medio. Y la verdad es que nos lo pasamos muy bien, fue muy divertido todo.

¿Cuánto tiempo duró?

Dos años. Dos años maravillosos. Nos casamos los tres en Cádiz en una boda preciosa. Lo hicimos como una ceremonia. Quiero que me case quien va

a ser feliz de verme feliz y no alguien al que le da igual. Para mí los contratos matrimoniales solo sirven para generar economía. Me he casado unas cuantas veces y me pienso casar ochocientas mil veces más. Las que haga falta. Con la misma, con otro, con esta, con quien sea. Pero yo me voy a casar mil veces más. Y si tiene que ser con la misma, con la misma.

Vamos, que usted reivindica el trío o el cuarteto o el quinteto...

Yo soy partidaria de que uno pueda casarse con quien le dé la gana. Pero es cierto que hay un sector de la sociedad que lo ve desde el lado de que eso conlleva una serie de cambios estructurales y se han encargado de que la farsa siga funcionando. Nosotros lo que vivimos es el rollo del amor. A mí me va perfecto que no se legalice el matrimonio a tres bandas, me da igual. Yo no necesito que me reconozcan la capacidad de casarme. Ya lo he hecho y también me separé.

¿Por qué no funcionó?

Porque se establecía, de repente, la individualidad. Sigo creyendo en el trío y siempre creeré en el trío. Principalmente porque no es la primera ni la última vez que lo he visto. El trío es un concepto de vida, no es una manera de hacerlo. Eso ya lo pensaréis entre los tres. La cuestión es que yo no necesito convivir con mi marido y con mi esposa; necesito amarles. Necesito convivir con sus ilusiones, sus deseos, pero no con sus cuerpos. Creo que realmente la vida de uno, como me dijo mi chica una vez, ya cansa lo suficiente como para tener que echarte a la espalda la vida de otra persona. A mí me gusta mucho mi mujer. Me gusta poderosamente. Es una cosa que se escapa a mi control, y, como todos los vicios, hay que saber cuándo...

¿Se puede querer a dos personas a la vez, como dice la copla?

Claro que sí. Se hace, no es que se pueda. Lo hacemos todos. Todos nos enamoramos de varias personas a la vez. Pero, como vivimos en una sociedad tan totalitaria que nos vemos obligados a escoger y siempre pensamos que a uno le amamos más que al otro, pero no es cierto. El concepto de cariño y de amor que se nos vende está enfocado a evitar a toda costa ese fin.

¿Cómo concibe usted el amor?

El amor es una cosa que uno se gana. Lo de convivir juntos es algo que te ganas con los años, no con los años de relación, sino con los años de relación contigo mismo. Cuando tú consigues vivir en ti, ponerte de acuerdo contigo mismo, entonces estás preparado para vivir con quien quieras. Y creo que para llegar a ese estado se tardan unos cuantos años. Treinta años no son suficientes. Tengo 34 años y me parece que necesito más tiempo. Mi concepto del amor es personal, exclusivo, único. Es algo que me pertenece. Es una capacidad que uno tiene y que en todo caso otra persona te despierta, cosa que pueden hacer, aparte de esa persona, otros ciento cincuenta millones de personas en el planeta.

¿Usted distingue entre infidelidad y traición? Como los que dicen que el sexo es infidelidad, pero si te enamoras de otro, eso es una traición.

¿Y por qué no te puedes enamorar? ¿Cuál es el problema de enamorarse si

es maravilloso? Yo soy más de lealtades que de fidelidades. La lealtad y la confianza en uno mismo hacen que no dude de ninguno de los movimientos de la persona a la que amo, aunque ese movimiento me aleje de la persona amada. Si fui feliz cuando llegó, ¿por qué le voy a regañar cuando se marcha?

Entonces, ¿cuál es su situación sentimental actual, en trío, en pareja?

Estoy con la Afriquita de mi corazón. Estoy enamorada hasta las trancas, me tiene loca esa mujer. Es mi chica, la quiero un montón y espero que sea una de las cosas que vea antes de morirme. Por otro lado, tengo una relación conmigo misma que obliga por fuerza, por instinto, a vivir mis historias pasionales, gracias a que tengo un mundo pasional abierto. No le tengo miedo a estar viva. Lo que no puedo hacer es culparme porque la sociedad tenga un concepto diferente.

¿No teme que el Foro de la Familia monte una manifestación para enviarla a un psiquiátrico?

Es fascinante encontrar opositores, me parece maravilloso.

Pero habrá gente que la odie por manifestar abiertamente su diferencia.

El odio es un veneno que solo padece y disfruta el que lo practica. Es horrible el odio. Hace daño a la persona que lo siente, no a la odiada. Sé que detrás de mis palabras hay muchas ampollas y sé que hay mucha gente que podrá llegar hasta a odiar lo que yo he dicho, pero yo no siento ese odio, no me llega. Una cosa es que no estés de acuerdo con algo y otra cosa es que lo lleves al extremo del odio, de poner pancartas, salir a la calle, hacer que tu hijo sufra una cosa que es tu opinión exclusiva. Me parece muy sospechoso. ¿Con qué sueña esa gente antes de dormirse? ¿No será que ellos están más cerca de mi mundo que yo del suyo y por eso me buscan a mí mientras yo no les busco a ellos?

¿Usted cómo se define?

Yo soy bisexual, trifásica y tridimensional.

Con tanta pasión, ¿usted no sufre?

Se sufre con el concepto de amor. Cada persona sufre su concepto de amor, no el amor. El amor no se sufre, jamás, nunca. Cuando una persona quiere que le hables de amor, quiere que le hables de su concepto de amor. Y eso es lo que sufrimos. El amor es el premio al ejercicio de seguir ilusionado por estar vivo.

Fuente: Manuel Cuéllar, *El País,* 6 de agosto de 2006

MANIFIESTO SOBRE ANARQUISMO RELACIONAL, POR ANDIE NORDGREN

Este texto es una traducción al castellano del manifiesto sobre anarquismo relacional de Andie Nordgren, publicado en sueco como «Relationsanarki i 8 punkter» por Interacting Arts en 2006. Concretamente, la fuente es la versión traducida al inglés que se encuentra en

http://log.andie.se/. Se puede acceder a más material en esa misma página web, que la autora mantuvo activamente entre 2004 y 2008, donde se definía y exploraba el anarquismo relacional.

Podemos amar a muchas personas y cada relación es única

El anarquismo relacional cuestiona la idea de que el amor es un recurso limitado que solo puede ser real cuando se da entre dos personas. Es posible amar a más de una persona y el amor que se siente por una no hace disminuir el amor que se puede sentir por otra. No evaluemos ni comparemos a las personas y a las relaciones. Apreciemos a cada persona y nuestra relación con ella. Una persona que está en nuestra vida no necesita ser denominada «primaria» para que el vínculo sea real. Cada relación es independiente, y conecta individuos autónomos.

Amor y respeto en lugar de derechos

Que una relación no se base en la adquisición de derechos sobre otra persona supone respetar la independencia y la autodeterminación de los demás. Nuestros sentimientos hacia una persona o nuestra historia conjunta no nos dan derecho a darle órdenes y a controlarla para que cumpla lo que se considera «normal» en una relación. Exploremos cómo comprometernos sin pisotear los límites y creencias personales de los demás. En lugar de buscar obligaciones en cada situación, dejemos que aquellxs a quienes amamos escojan los caminos que les permitan mantener intacta su propia identidad, sin dejar que esto implique una crisis para la relación. Dejar a un lado los derechos y las demandas es la única manera de estar seguro de que tenemos una relación en la que los sentimientos son verdaderamente mutuos. El amor no es más «real» cuando las personas se comprometen simplemente porque eso es parte de lo que se espera que ocurra.

Encontremos nuestro conjunto básico de valores

¿Cómo deseamos ser tratados por lxs demás? ¿Cuáles son nuestros límites básicos y nuestras expectativas en todas las relaciones? ¿Con qué tipo de personas nos gustaría pasar la vida y cómo nos gustaría que funcionaran nuestras relaciones? Encontremos nuestro conjunto básico de valores y usémoslo para todos nuestros vínculos. No establezcamos excepciones y reglas especiales como manera de mostrar a las personas que las amamos «de verdad».

El heterosexismo está por todas partes pero no dejemos que eso nos asuste

Recordemos que hay un sistema normativo muy potente en vigor que dicta qué es el amor real y cómo debemos vivir. Muchos nos cuestionarán, tanto a nosotros como a la validez de nuestras relaciones, cuando no seguimos las pautas. Esforcémonos con las personas que amamos para encontrar fórmulas que contrarresten las peores y más problemáticas de estas reglas. Eso sí, luchemos por lo que realmente queremos, no simplemente contra las normas. Encontremos sortilegios positivos que neutralicen el encantamiento colectivo de la normatividad y no dejemos que sea el miedo el que domine nuestras relaciones.

Espontaneidad en lugar de obligación

Sentirnos libres de ser espontánexs para expresarnos sin miedo de castigos o de obligaciones es lo que da vida a las relaciones basadas en el anarquismo relacional. Organicemos nuestra vida de acuerdo al deseo de conocernos y explorarnos unxs a otrxs y no de acuerdo a obligaciones y demandas, y a decepciones cuando estas no son cubiertas.

Imaginémoslo hasta conseguirlo

A veces puede parecer que hace falta ser un superhéroe para gestionar toda la ruptura que conlleva establecer relaciones que no siguen la norma. Una estrategia útil se basa en imaginar, cuando nos sentimos segurxs e inspiradxs, que actuamos y reaccionamos como queremos hacerlo. Podemos inferir de este comportamiento simulado unas directrices sencillas y mantenerlas y aplicarlas después, cuando nuestro estado de ánimo no es tan propicio. En cualquier caso, busquemos el apoyo de otras personas que también desafían las normas y no nos reprochemos a nosotros mismos cuando la presión de las reglas establecidas nos lleve a comportamientos que no nos gustan.

La confianza ayuda

Si decidimos asumir que las personas que queremos no desean hacernos daño, transitaremos un camino mucho más positivo que si nuestra aproximación es de sospecha y desconfianza, de necesidad de que la otra persona revalide constantemente que está en y por la relación. A veces hay tantas cosas sucediendo dentro de nosotros mismos que no nos queda energía remanente para mostrar nuestro cariño hacia los demás. Construyamos relaciones en las que los cambios y las retiradas sean aceptados y superados con facilidad, y en las que se ofrezcan muchas oportunidades de hablar, explicar, verse y ser responsables. Recordemos nuestros valores básicos y acordémonos de cuidarnos mucho a nosotros mismos también.

Cambiemos a través de la comunicación

En la mayoría de las actividades humanas hay algún tipo de norma preexistente que dicta cómo deben funcionar las cosas. Si queremos desviarnos de este patrón necesitamos comunicarnos. De otro modo, todo tiende a acabar siguiendo la pauta, dado que los demás se van a comportar de acuerdo a ella. La comunicación y las acciones conjuntas en pos del cambio constituyen la única forma de desvincularse de esta situación. Las relaciones radicales deben tener como eje central la conversación y la comunicación, no como un estado de emergencia que solo asoma cuando hay «problemas». Comuniquémonos en un contexto de confianza. Estamos tan acostumbrados a que las personas nunca digan lo que realmente piensan o sienten, que hemos de leer entre líneas y extrapolar para averiguar lo que realmente quieren decir. Pero estas interpretaciones solo se pueden construir basándose en experiencias previas, usualmente basadas precisamente en las normas de cuyo control quieres escapar. ¡Preguntémonos cosas, y seamos explícitos!

Diseñemos los compromisos a nuestra medida

La vida no tendría mucho sentido si no nos unimos a otras personas para conseguir cosas, como construir una vida en común, un hogar, criar niños o crecer juntos en lo bueno y en lo malo. Estos proyectos necesitan normalmente de mucha confianza y compromiso entre las personas. El anarquismo relacional no se basa en el rechazo al compromiso sino en que seamos nosotrxs mismos y quienes nos rodean lxs que diseñemos los compromisos, liberándonos de las normas que dictan que ciertos tipos de compromiso son ineludibles para que el amor sea real, o que ciertos proyectos como criar niños o convivir han de corresponderse con determinadas conductas y sentimientos. ¡Partamos de cero y seamos explícitos sobre qué tipo de compromisos queremos con los demás!

CHEMSEX: SEXO Y DROGAS SIN CONTROL

Madrugada del viernes. Por delante, hasta setenta y dos horas de sexo y drogas sin parar, ni para comer ni para dormir. El organizador convoca a sus invitados a través de la aplicación de móvil Grindr. El encuentro será en un piso particular. Acuden a la cita no más de diez hombres dispuestos a tener relaciones múltiples bajo los efectos estimulantes y euforizantes de tres sustancias sintéticas. La mefedrona es una de ellas, la reina de la fiesta, la más adictiva.

Chemsex. Chemical sex. Sexo químico. Una práctica sexual de alto riesgo. Se trata de un fenómeno social reconocible y que está siendo analizado en Gran Bretaña por las autoridades sanitarias. Existe el temor de que conlleve un repunte del contagio del virus del SIDA, sobre todo entre los jóvenes. Incluso la revista *British Medical Journal* escribió un editorial sobre ello la semana pasada. Esto originó que prácticamente toda la prensa generalista británica recogiera el guante al considerar que estaban ante un incipiente asunto de salud pública.

Pero el chemsex no solo se da en Gran Bretaña. En España las asociaciones que viven cada día los nuevos diagnósticos de VIH constatan también su presencia en Barcelona o Madrid, en el Gayxample y en Chueca. La alerta se ha activado.

No es ni de lejos la opción de ocio nocturno más común entre la comunidad gay. Por ahora es minoritaria. Se asocia a la noche y a una voluntad de socialización a través del uso recreativo de psicoactivos. El objetivo final es tener sexo lo más placentero y durante tanto tiempo como sea posible. Sin control. Sin límite. De hecho, por definición no tendría por qué ser un fenómeno circunscrito a la comunidad homosexual, podría implicar también a los heterosexuales. No obstante, solo se conoce que incida sobre ese colectivo.

El chemsex empezó donde nacen casi todas las tendencias, en Estados Unidos, y entró en Europa por Gran Bretaña. «Juntar sexo y drogas no es

nuevo. Sí lo es, sin embargo, hacerlo de forma compulsiva durante dos o tres días seguidos, con un consumo de estupefacientes en altas dosis y con una alta frecuencia, y mediando sexo duro, pasional, sin preservativo y con varias parejas. Además de la adicción a las drogas, supone una posible vía de contagio de infecciones de transmisión sexual (ITS). Por supuesto es una conducta irresponsable», sentencia Fernando Caudevilla, portavoz de Energy Control, un proyecto de reducción de riesgos de la oenegé ABD. El consumo de las drogas sintéticas hace que se pierda la percepción del peligro y por tanto desciende el uso del preservativo.

¿Cómo son quienes lo practican? «Normalmente es gente que sale mucho o vive la noche de forma muy intensa. Los hay de todas las edades, pero podría hablarse sobre todo de hombres de 20 a 45 años», explica Caudevilla. Todas las organizaciones que trabajan en este ámbito del SIDA y las enfermedades venéreas advierten que fenómenos sociales como el chemsex pueden estar calando más ahora que antes, ya que los jóvenes han bajado la guardia ante el contagio del SIDA. «Han perdido el miedo, creyendo que esto [la infección] se resuelve con unas pastillas y listo —dice Caudevilla—. A diferencia de las generaciones que les preceden, que vivieron los estragos del SIDA, no sienten el VIH como algo próximo, pero lo cierto es que tampoco tienen en cuenta el riesgo de hepatitis C». En cualquier caso, los usuarios están informados y tiene un nivel de formación y socioeconómico buenos.

En España no se dispone de datos estadísticos sobre la incidencia del chemsex entre la población general o la homosexual. Oenegés y organizaciones como BCN CheckPoint, un centro comunitario de detección del VIH y otras ITS, reconocen que a sus oficinas acuden hombres que por sí solos no consiguen dejar la adicción. «Todo empieza como una broma, con un “voy a probar”, pero puede enganchar», asegura el director de BCN CheckPoint, Ferran Pujol. Llaman a su puerta en busca de ayuda. «Que hay una problemática no hay duda. Aunque no conocemos su alcance. Son casos ocasionales pero suficientes para estar en guardia», añade Pujol.

Los participantes en este tipo de sesiones privadas no suelen acudir a la red de atención de drogodependencias, precisamente porque no responden al perfil clásico del toxicómano adicto a la cocaína o la heroína. «El problema es que no tenemos dónde derivar a aquellos que quieren dejarlo —explica Pujol —. No hay recursos para tratarlos porque no se han previsto. Ni siquiera hay grupos de ayuda mutua». Desde Stop Sida se asegura que la Generalitat de Catalunya tiene constancia del fenómeno y que están siguiendo el rastro de las drogas que se consumen. En Barcelona la prevalencia es mayor que en Madrid, indican desde Energy Control.

El hecho de que la práctica del chemsex se haga en el ámbito privado —no en saunas— dificulta llegar a más precisiones. Sucede fuera de la vista (y el control) del resto, pero no de forma clandestina, ya que es un asunto que se trata de forma habitual en las redes sociales, cuenta el portavoz de Energy Control. De hecho, se habla del chemsex como un gancho en el mundo 2.0.

La fiesta suele empezar bien entrada la noche y después de algunas copas en un bar o en la discoteca. En los pisos o apartamentos donde se celebra no falta ni la música electrónica, a todo trapo, ni por supuesto el alcohol. La herramienta más común para dar publicidad a estos encuentros es Grindr, una aplicación móvil dirigida a la comunidad gay masculina con más de siete millones de usuarios. El interesado debe tener activada la opción de geolocalización, concretar la cita y recibir el visto bueno del organizador. Solo se entra por invitación. La madrugada, las ganas de fiesta y la celebración de *chill outs* hacen el resto. La mefedrona, decíamos, es la droga que reina en el baile. Siendo la anfitriona, no es la única que entra por la puerta. También corre metanfetamina de cristal y GHB (hidroxibutirato)/GBL (butirolactona), conocidas como Tina y G. Combinadas de cualquier forma, actúan como potentes desinhibidores y estimuladores sexuales. Facilitan, en definitiva, la práctica de un sexo más extremo, durante más tiempo y con más de una persona.

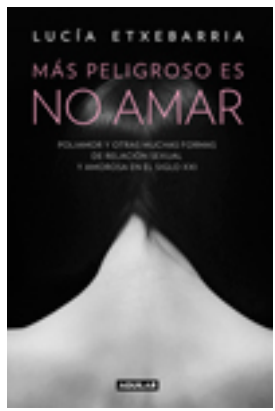
Euforia. Incremento de la energía. Sensación de estimulación. Estado de alerta. Urgencia de hablar... Mejora de la función mental. Aumento de la percepción de la música. Disminución de los sentimientos hostiles. Son algunos de los efectos inmediatos del cóctel del trío de drogas. El artículo de *British Medical Journal* explica cómo la mezcla de esas sustancias facilita una excitación sostenida e induce una sensación de entendimiento inmediato con las parejas sexuales. La mefedrona y el cristal incrementan el ritmo cardiaco e impulsan una sensación de euforia y agitación sexual. GHB y GBL son un potente desinhibidor y analgésico. Los supuestos beneficios no son, por tanto, únicamente físicos, sino también psicológicos. Según *British Medical Journal,* «algunos usuarios señalan que utilizan esas drogas para manejar los sentimientos negativos, como la falta de confianza o de autoestima, la homofobia internalizada y el estigma por tener SIDA».

Fuente: Susana Quadrado, *La Vanguardia,* 11 de noviembre de 2015

Notas

[1] El original en inglés puede traducirse como «Cincuenta tonos de gris».
[2] Leticia Dolera, 2015.
[3] Carlos Marqués-Macet, 2014.
[4] 2015, Paula Ortiz.
[5] 2015, Deniz Gamze Ergüven.
[6] Soy una perra, soy una enamorada, soy una niña, soy una madre, soy una pecadora, soy una santa. No me avergüenzo.

El nuevo libro de Lucía Etxebarria. Una investigación en torno al fenómeno del poliamor y otros modelos de relación que probablemente te haga replantearte muchos mitos sobre el amor romántico.



A tu alrededor conoces muchas parejas monógamas. Lo sabemos. Pero puede que conozcas también...

A personas que viven en pareja abierta, como Roja y su marido.

O que viven en trieja, en una relación a tres, como Rosa, Piluca y Juan. O Sonia, Joaquim y Gero. O Arantxa, Chelo y Susana. O Guillermo, Enrico y Anko.

O en cuadreja, en una relación a cuatro, como Uxía, Mer, Sabela y Lola.

O que participan en un círculo de polifidelidad, como Rubén.

O que viven en círculo pero sin el compromiso de fidelidad, como el grupo en el que vivió Yanara.

A hombres y mujeres célibes pero que mantienen una o varias relaciones de profundo amor y cuidado, como Carla.

A *swingers,* que organizan intercambios sexuales de pareja pero sin implicarse emocionalmente, como Tomás y Raquel.

O a sesioneros y pajareros, que organizan sesiones de sexo en grupo, con drogas o sin ellas, como Ismael.

Quizá las conoces pero no lo sabes. Crees que son compañeros de piso, o pareja monógama, o solteros en busca de su media naranja. Porque todas estas personas tienen dos cosas en común: aman a más de una persona a la vez y viven en un armario metafórico, en el que ocultan su sexualidad y sus afectos.

Todas estas personas han prestado su testimonio para el primer libro español que expone una investigación seria y profundamente documentada sobre el fenómeno del poliamor, una palabra que está de moda pero cuyo significado pocos conocen en profundidad. Y también sobre otras formas de organizar la vida sexual y afectiva en relaciones de no monogamia consensuada, vividas con honestidad.

Sobre la autora

Lucía Etxebarria es licenciada en Filología y Periodismo y doctora en Letras por la universidad de Aberdeen. Ha escrito novelas, cuentos, libros de poesía, guiones de cine, cuentos para niños y ensayo político, literario y feminista. Ha publicado más de veinte libros traducidos a más de veinte idiomas. Es miembro de la Academia de Cine. Ha ganado el premio Nadal, el Primavera, el Planeta, el Bacarola de Poesía y el Lazio (concedido por el Ministerio de Cultura italiano) a la mejor novela extranjera. Escribe en prensa cuando le dejan y habla en la radio en el gabinete de Julia Otero. Habla cinco idiomas, tiene tres tatuajes, seis hermanos, una perra y una hija. El suplemento cultural *Le Fígaro* dijo de ella: «Es la voz española más potente de su generación».

Facebook: pages/Lucía-Etxebarria/149885159988
Twitter: @LaEtxebarria
Instagram: Lucia_etxebarria

© 2016, Lucía Etxebarria
© 2016, de la presente edición en castellano para todo el mundo:
Penguin Random House Grupo Editorial, S. A. U.
Travessera de Gràcia, 47-49. 08021 Barcelona

ISBN ebook: 978-84-03-51582-6
Diseño de cubierta: Penguin Random House Grupo Editorial
Fotografía de cubierta: © Ricardo Nosvelli / EyeEm / Getty Images
Conversión ebook: Raquel Martín

Penguin Random House Grupo Editorial apoya la protección del *copyright*.
El *copyright* estimula la creatividad, defiende la diversidad en el ámbito de las ideas y el conocimiento, promueve la libre expresión y favorece una cultura viva. Gracias por comprar una edición autorizada de este libro y por respetar las leyes del *copyright* al no reproducir, escanear ni distribuir ninguna parte de esta obra por ningún medio sin permiso. Al hacerlo está respaldando a los autores y permitiendo que PRHGE continúe publicando libros para todos los lectores. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, http://www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

www.megustaleer.com

Penguin
Random House
Grupo Editorial

Índice

Más peligroso es no amar
Querido lector
Primera parte. El hundimiento de las estructuras tradicionales
  Introducción: Amores diversos
  Atreverse a ser diferente
  Los diez mitos modernos sobre las relaciones de pareja
  Ligando por móvil: Tinder, Grindr, Wapa... Una radiografía de los problemas de las parejas modernas
Segunda parte. Amar de otra manera
  Nuevas formas de amor. Alternativas éticas
  Tipos de estructuras poliamorosas
Conclusión. Otro amor es posible
Nota final
Anexo. Noticias de prensa
Notas
Sobre este libro
Sobre la autora
Créditos